

Delta 7 : aux côtés des aidants

Interview de Natacha de La Tour, psychologue, et Marie Benoit, coordinatrice sociale, de la plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants Delta 7



domicile afin qu'ils se sentent moins seuls au quotidien.

MB En tant que coordinatrice, je propose un espace d'écoute et d'accompagnement des aidants selon leur chemin de vie, ainsi qu'un espace de conseil et d'orientation sur les aides, les dispositifs existants et les offres de répit sur le territoire.

MB & N-de-LT En tant que psychologue, je propose des entretiens individuels de soutien psychologique pour comprendre la maladie de son proche, savoir comment accompagner certains comportements et trouver des stratégies.

Ce soutien amène notamment à réfléchir sur le rôle d'aidant : comment concilier vie d'aidant et vie personnelle et professionnelle, mettre en mots les différentes émotions ressenties comme la colère, la honte, la culpabilité, l'inquiétude... Il permet aussi de prendre du temps et de réfléchir aux bouleversements produits par l'arrivée de la maladie. Des espaces d'échanges entre aidants de type groupe de parole, groupe de formation ou à thématique, permettent de partager ces expériences entre aidants afin qu'ils se sentent moins isolés face aux difficultés rencontrées.

Pouvez-vous nous dire quelques mots sur l'association Delta 7 ?

MB & N-de-LT Créée en 1973, Delta 7 est une association loi 1901 à but non lucratif. Sa mission : innover en faveur de l'autonomie et du maintien à domicile des personnes fragiles. L'association est notamment à l'origine de plusieurs dispositifs bien connus tels que la téléalarme et les accueils de jour en faveur des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer

Votre plateforme d'accompagnement et de répit s'adresse aux aidants qui assistent au quotidien un proche en perte d'autonomie, souffrant d'une maladie neuro-évolutive ou en situation de handicap. Quelles difficultés peuvent rencontrer ces aidants ?

MB & N-de-LT L'aide apportée par un conjoint, un enfant ou un parent, à un proche en perte d'autonomie en raison de l'avancée en âge, d'une maladie neuro-évolutive ou d'un handicap, n'est pas neutre. L'aidant peut ressentir un fort sentiment d'impuissance et d'incompréhension et voir naître des tensions avec son proche.

MB & N-de-LT La bonne santé de l'aidant, qui oublie parfois de prendre soin de lui, est elle-même mise à mal : stress, problèmes de sommeil, douleurs physiques... Il se sent seul et dépassé par les besoins de son proche. Le risque pour l'aidant est d'atteindre un état d'épuisement physique et psychique.

Comment y répondez-vous ?

MB & N-de-LT La plateforme a pour mission d'accompagner et de soutenir les aidants ayant un proche au

Quelles sont vos interactions avec la Ville de Courbevoie et son Centre communal d'action sociale (CCAS) ?

MB & N-de-LT Nous sommes intervenues dans le cadre du dispositif Pause, organisé par le CCAS, lors d'une conférence sur le répit. Nous proposons de plus une permanence mensuelle dans les locaux du CCAS (contact : Marie Benoit) durant laquelle il est possible de prendre rendez-vous. Toujours en partenariat avec le CCAS, reprenez la date du 3 décembre pour le bal des aidants et des aidés.

Contacts

- **Site internet** : <https://www.delta7.org/fr>
- **Marie Benoit, coordinatrice sociale**
Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants
Hauts-de-Seine Centre Nord
Tél. : 07 67 15 71 26
Mail : par92@delta7.org
- **Natacha de La Tour, psychologue**
Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants
Hauts-de-Seine Centre Nord
Tél. : 07 69 26 11 07
Mail : ndelatour@delta7.org

