



Ça ne  
se voit pas,  
mais la moitié  
de mon temps  
je le passe  
à m'occuper  
de mon frère.

# JOURNÉES DÉPARTEMENTALES **DES AIDANTS 2024**

**25 SEPTEMBRE 2024**

**Aidons les aidants à prendre soin d'eux**

**Ciné-débat**

**Rencontres**

**Conférences**

# LE MOT DU PRÉSIDENT

Nos équipes se mobilisent pour les journées départementales des aidants, en association avec tous nos partenaires du secteur.

De septembre à décembre, c'est l'occasion de les soutenir, les informer, leur permettre de mieux vivre leur situation d'aidant et surtout, de prendre soin d'eux.

En France, ce sont plus de 9 millions de personnes qui, à titre non professionnel, soutiennent au quotidien un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap. L'aide apportée par ces personnes prend des formes variées : soutien moral, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, aide financière... Aujourd'hui, aux alentours de 60 ans, près d'une personne sur quatre est aidante.

Dans les Hautes-Pyrénées, nous estimons leur nombre à 20 000 : un chiffre considérable, mais qui reste une estimation car le plus souvent, l'aidant est un proche ou bien un membre de la famille, adulte ou mineur. A ce titre, leur situation n'est pas toujours reconnue ni valorisée, et les aidants eux-mêmes parfois ne se considèrent pas comme tels.

Or, les missions de nos aidants sont bien réelles et exigeantes. Ils constituent un maillon essentiel de la solidarité dans notre société.

Les journées départementales des aidants s'articulent autour de trois axes :

- Communiquer, repérer et informer les personnes concernées ;
- Proposer un accès au répit, afin que les aidants puissent prendre soin d'eux et réduire les risques de fatigue voire d'épuisement ;
- Mettre en lumière la diversité du travail des aidants.

Si nous sommes attachés à souligner et soutenir la multitude des missions menées à bien par nos aidants, c'est aussi parce qu'ils témoignent d'une conception de la vie en société fondée sur les solidarités, la bienveillance et l'attention aux autres. Pour le Département, ces valeurs sont essentielles.

**Michel Pélieu**  
Président du Département  
des Hautes-Pyrénées

# LE PROGRAMME :

Les journées départementales des aidants, organisées dans les Hautes-Pyrénées jusqu'au 6 décembre, valorisent et soutiennent les milliers de personnes qui accompagnent chaque jour un proche malade, handicapé ou en perte d'autonomie, quel que soit son âge.

## JEUDI 26 SEPTEMBRE

Résidence La Clairière, Vic-en-Bigorre  
14h à 15h30 - Prévention des chutes

## MERCREDI 2 OCTOBRE

Salle des fêtes, Saléchan  
14h30 - Conférence « Aidants » avec le Docteur Ion ADRAN

## VENDREDI 4 OCTOBRE

Mairie, Castelnau-Magnoac  
14h - Diffusion du film « L'invulnérable » et Forum des aidants

Mairie, Tournay  
De 14h30 à 18h - Rencontre des Aidants

## MARDI 8 OCTOBRE

14h30 - CAC de Séméac  
Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica

15h - Résidence Arpavie « Le Stade » - Tarbes (1 av. P. de Coubertin)  
Atelier bien-être animé par un hypnothérapeute

## MERCREDI 9 OCTOBRE

10h à 12h et 14h à 18h - 2 rue de l'Ayguerote Tarbes  
Intervention d'une psychologue, temps d'échange sur les pathologies de l'enfant

## JEUDI 10 OCTOBRE

Hôpital de l'Ayguerote, Tarbes  
10h30 à 12h - Méditation et conférence sur le sommeil  
14h à 16h - Ateliers

Le Parvis, Ibos  
18h30 - Projection du film « Sound of Metal » suivi d'un débat

Espace Claude Miquieu, Vic-en-Bigorre  
20h - Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica

**VENDREDI 11 OCTOBRE**

Mairie de Sainte-Marie  
10h à 12h - Permanence : Information et proximité pour les aidants

Résidence Arpavie « Le Stade » - Tarbes  
15h - Théâtre Forum avec la troupe des improsteurs

St-Laurent-de-Neste Maison du Savoir  
20h - Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica

**LUNDI 14 OCTOBRE**

Bagnères-de-Bigorre, Résidence Castelmouly  
14 à 16h - Musicothérapie

Saint-Laurent-de-Neste  
Thématique Rompre l'isolement des séniors

**MERCREDI 16 OCTOBRE**

Lourdes Résidence Labastide  
10h à 11h30 - Relaxation  
13h30 à 15h30 - Alimentation équilibrée

**JEUDI 17 OCTOBRE**

Hôpitaux de Lannemezan  
14 à 16h - Relaxation, sophrologie, nutrition...

**SAMEDI 19 OCTOBRE**

Pôle Restauration de la Ville, rue Kléber à Tarbes  
Journée Handi'cap ou pas cap ?

**LUNDI 21 OCTOBRE**

Bagnères-de-Bigorre Résidence Castelmouly  
14h à 16h - Prévention des chutes et gestes de 1ers secours

**JEUDI 24 OCTOBRE**

Résidence La Clairière, Vic-en-Bigorre  
14h à 16h - Trucs et astuces du quotidien

**SAMEDI 26 OCTOBRE**

Salle des fêtes, Luquet  
15h - Yoga du rire

## **MERCREDI 30 OCTOBRE**

Lourdes - Résidence Labastide  
10h à 11h30 - Gestes qui sauvent  
13h30 à 15h30 - Alimentation et texture adaptée

## **JEUDI 31 OCTOBRE & 7 NOVEMBRE**

9h à 12h - Résidence La Clairière, Salle Campet, Vic-en-Bigorre &  
14h à 17h - Maison du Temps Libre, Aureilhan  
Zen aidants : ateliers yoga

## **VENDREDI 8 NOVEMBRE**

Mairie de Saléchan  
10h à 12h - Permanence : Information et Proximité pour les aidants  
Vic-en-Bigorre  
14h - Atelier « Face au refus de l'autre »

## **MARDI 12 NOVEMBRE**

14h - Bagnères-de-Bigorre  
Atelier « Face au refus de l'autre »

## **VENDREDI 6 DÉCEMBRE**

10h à 12h - Mairie de Bertren  
Permanence - Information et proximité pour les aidants

### **LES PARTENAIRES LOCAUX**

AFM Téléthon ; APF France Handicap ; ARPAVIE ; ENSEMAD ; la MACIF ; Maison France Services ; la Mairie de Tournay ; l'association Agir Soigner Éduquer Inclure (ASEI) ; la commune de Castelnau-Magnoac ; Maison France Services ; Bigorre Alzheimer ; MARPA des Baronnie ; le PARVIS - Ibos ; la Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit ; Pyrène Plus ; SOLIHA ; l'UDAF 65 ; l'AGIRC ARRCO ; Trait d'Union Aidants Aidés sud.

## **QUI SONT LES AIDANTS ?**

Le terme d'aidant est attribué à tout individu non professionnel et de tout âge qui apporte de l'aide à une personne dépendante au quotidien.

On parle souvent d'aidant familial car dans la majorité des cas, l'aidant est un parent proche de la personne dépendante : un conjoint, un enfant (majeur ou non) ou bien un membre de la famille. Les aidants peuvent également être des amis ou des voisins.

Avec l'augmentation du vieillissement de la population, le rôle des aidants est devenu primordial. D'autant plus que la majorité des personnes en perte d'autonomie souhaitent continuer de vivre à domicile. Les missions des aidants sont donc bien réelles, essentielles, et exigeantes. Ce sont eux qui permettent aux personnes âgées de continuer à vivre à leur domicile selon leur choix.

En France, le nombre total d'aidants est estimé à 9,3 millions de personnes. Dans les Hautes-Pyrénées, ils sont près de 20 000.

- 76 % ont moins de 65 ans
- 64 % sont aidants sans le savoir
- 58 % sont des femmes
- 52 % d'entre eux travaillent
- 34 % aident deux personnes ou plus

## **QUEL EST LE RÔLE DE L'AIDANT ?**

- Il assure un soutien moral à son proche (66 %)
- Il effectue ses tâches domestiques (55 %)
- Il l'accompagne dans ses déplacements (50 %)
- Il joue un rôle de surveillance (50 %)
- Il l'aide dans ses démarches administratives (40 %)

## **SOUTENIR L'AIDANT, C'EST AUSSI SOUTENIR L'AIDÉ**

- En lui proposant une offre de service adaptée à ses besoins et ses souhaits (répit, écoute, conseil, informations...)
- En lui évitant des situations d'épuisement
- En lui permettant de maintenir un équilibre de vie
- En prévenant les situations de maltraitance

## QUELS SONT LES DISPOSITIFS DE SOUTIEN AUX AIDANTS ?

### Le financement d'aides au domicile

- La formation au rôle d'aidant (assurée par des associations comme France Alzheimer, UNAFAM, France Parkinson, APF France Handicap, CLIC)
- Les temps de répit (répit à domicile, hébergement temporaire pour le proche aidé, accueil de jour, séjours de vacances, groupes de parole, plateforme de répit)
- Recours aux technologies pour compléter la présence de l'aidant (détecteurs de chutes, télésurveillance, pilulier électronique, monte escaliers...)

### Exemple : Alzheimer

Dans les Hautes-Pyrénées, on estime à plus de 5 000 le nombre de personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer. L'aidant consacre en moyenne 6,5 heures par jour à son proche malade d'Alzheimer. Le temps d'activité de l'aidant peut ainsi être valorisé à 3 000 euros par mois.

## LE POIDS DE L'AIDE INFORMELLE EN FRANCE

L'aide informelle apportée par la famille, les amis, les voisins, représente 70 % de l'aide totale nécessaire pour répondre aux besoins de la vie courante des personnes âgées de 60 ans ou plus vivant à domicile.

## DANS LES HAUTES-PYRÉNÉES

L'action sociale et la prévention médico-sociale sont les premières responsabilités du Département et son premier budget. Le Département accompagne les personnes âgées et les personnes en situation de handicap en finançant les aides humaines ou techniques à domicile à travers :

- L'Allocation personnalisée d'Autonomie (APA) 51,1 M€ dont 37,8 M€ pour l'APA à domicile pour 6 785 bénéficiaires de l'APA à domicile.
- La Prestation de Compensation du Handicap (PCH) : 13,7 M€ • 1 777 bénéficiaires.
- L'Allocation de Compensation Tierce Personne (ACTP) : 1,6 M€ • 246 bénéficiaires.

65,5 % des heures d'aide humaine pour compenser un handicap sont fournies par les aidants familiaux haut-pyrénéens (456 000 heures sur un total de 700 000).

### CONTACT PRESSE :

Jérôme SIRI  
07 85 55 22 17 / jerome.siri@ha-py.fr