



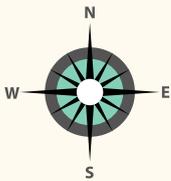
Le proche aidant est la personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes, notamment : nursing, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente, soutien psychologique, communication, activités domestiques, etc. (Charte COFACE)

**Être proche aidant modifie profondément le quotidien, la vie familiale et a un impact tant organisationnel, relationnel que financier.**



**Depuis septembre 2016, le Café pour les Aidants est organisé par le Centre de Ressources Béarn-Adour et financé par le Lions Club Orthez Béarn des Gaves.**

Les cafés ont lieu un jeudi par mois, de 14h30 à 16h30, au restaurant l'Endroit à Orthez (15 place du Foirail), l'occasion de partager un moment de convivialité autour d'un buffet petit-déjeuner offert. Cette rencontre est gratuite et libre d'accès pour les aidants, des proches qui soutiennent les aidants et même les professionnels ! Si besoin, le Centre de Ressources trouve et finance les solutions de transports pour l'aidants et de garde à domicile de la personne aidée.



Un professionnel du champ sanitaire, social ou médico-social intervient à chaque café pour proposer un thème ou informer les aidants. Caroline BUROSSE, Technicienne-Coordnatrice de l'Aide Psycho-Sociale à l'Aidant du Centre de Ressources Béarn-Adour est le pivot des cafés : elle permet de modérer la parole et soutient les proches aidants dans la formulation ou reformulation de leurs attentes et besoins aux professionnels.

**Le café pour les aidants permet :**

- **Un espace d'échange sans jugement,**
- **D'informer et prévenir l'épuisement psychologique et physique des proches aidants,**
- **De rompre l'isolement relationnel et social des proches aidants,**
- **De partager des expériences communes,**
- **De ne pas rester seul face à ses interrogations ou à ses doutes,**
- **De trouver des réponses à des problèmes pratiques.**



Un « **kit pour le proche aidant** » est distribué à chaque proche aidant lors de sa première venue, alimenté à chaque séance et réunit des flyers, dépliants ou tout document relatif :

- Au parcours de santé de la personne malade et/ou dépendante,
- Aux structures et organismes présents sur le territoire pouvant répondre aux besoins des proches aidants,
- A la prévention de la santé des proches aidants.

Ce kit renferme divers goodies et petits cadeaux. Les proches aidants gardent une trace des informations données à chaque séance. Il favorise ou permet d'engager la discussion entre le proche aidant et sa famille, sur les difficultés qu'il peut avoir à accompagner son conjoint, son parent, cousin, voisin ou ami.

## Qui contacter ?

**Caroline BUROSSE**

Technicienne-Coordnatrice de l'Aide Psycho-Sociale à l'Aidant (TC APSA)  
**05.59.38.79.79 - 07.71.72.14.83 - [centrederessources64@gmail.com](mailto:centrederessources64@gmail.com)**

Centre de Ressources Béarn-Adour

Etablissements de Coulomme (EHPAD - FAM - SSR) - Sauveterre de Béarn

