



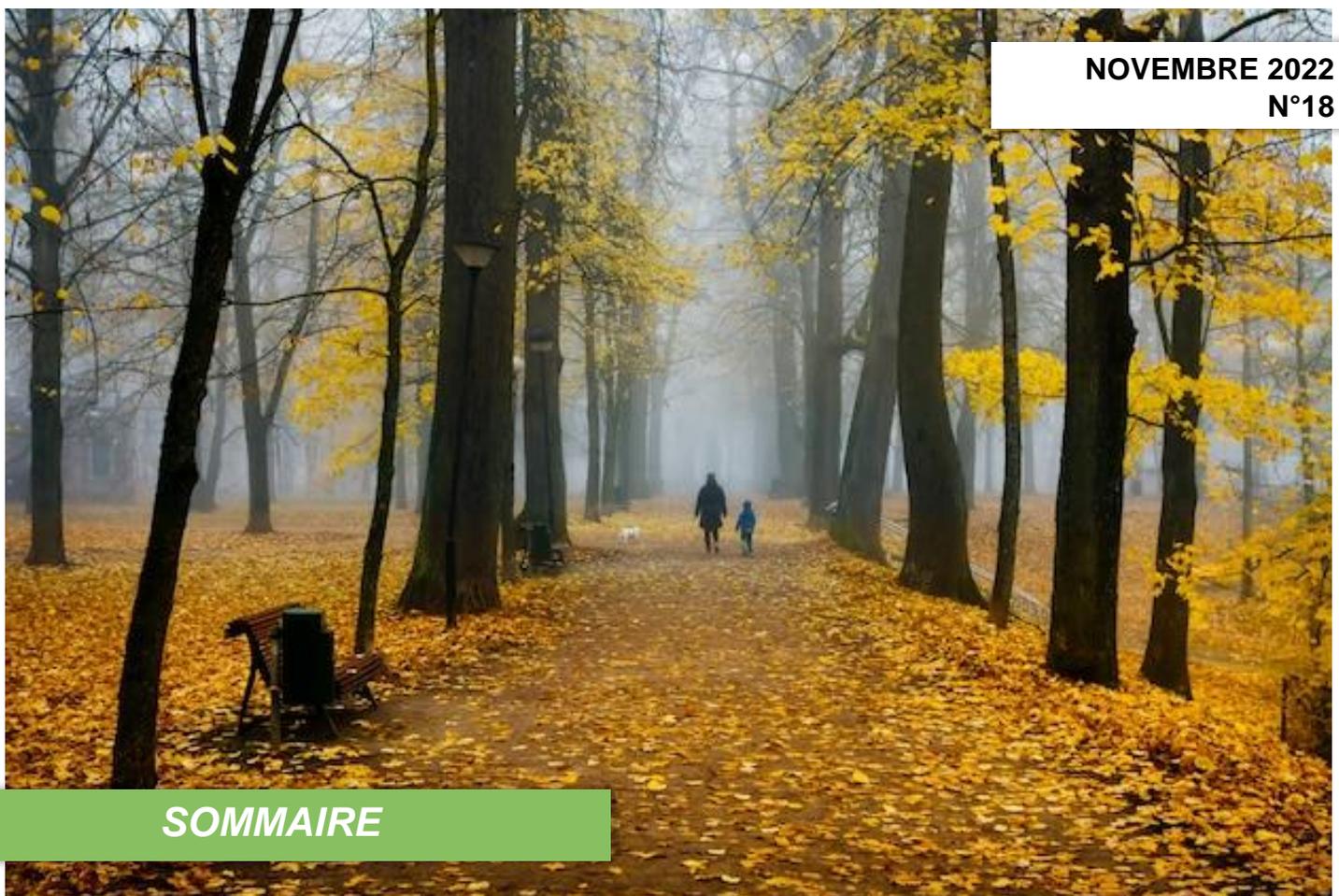
L'info des aidants



L'info des aidants est une newsletter éditée par le CODES 30 en lien avec les partenaires locaux. Chaque mois elle met en avant les actualités des proches aidant.e.s dans le Gard ainsi que les dynamiques territoriales de soutien aux proches aidant.e.s de personnes âgées ou de personnes en situation de handicap.

Pour vous inscrire à la newsletter, envoyez-nous un mail à aidants@codes30.org ou remplissez le [formulaire](#)

[CONSULTER LES PRECEDENTS NUMEROS](#)



**NOVEMBRE 2022
N°18**

SOMMAIRE

Éditorial

Actualités

Les Journées nationales et des dispositifs de soutien

Les rendez-vous

Zoom sur les plateformes de répit et les actions à identifier

Outils et ressources pour les professionnels

L'appui du Centre de Ressources Documentaires



Pour cette 13^{ème} édition de la Journée Nationale des Aidants, le Collectif Je T'aide avait choisi le thème de l'inclusion : « Pas sans les 11 millions d'aidant.e.s ».

Ce mois d'octobre a été marqué par les nombreux évènements qui ont été organisés par et pour les proches aidants.

La convivialité, l'information, le bien-être ont été les maîtres-mots de ces manifestations gardoises qui ont pu voir le jour grâce à une forte mobilisation des acteurs du territoire avec une motivation commune : alléger le quotidien des proches aidants en les soutenant et en leur proposant un temps pour eux.

Après plusieurs mois de préparation et d'organisation, les plans d'action prévus sur le papier ont donné lieu à plus d'une dizaine d'évènements riches de rencontres, de discussions, de détente et surtout de partage.

Les proches aidants ont largement répondu présents, ils en sont ressortis ravis, écoutés et surtout moins seuls ! Ces actions chaleureusement médiatisées ont également eu vocation à promouvoir le statut d'aidant afin que chaque personne qui consacre de son temps à aider un proche puisse s'identifier en tant que proche aidant.

Le franc succès de cette mobilisation enrichie davantage le souhait de continuer à nourrir cette belle dynamique de soutien aux proches aidants déjà bien installée dans le Gard.

Le prochain numéro sera exclusivement dédié à la Journée nationale des aidants avec un « retour en image » des évènements qui se sont déroulés sur le territoire. En attendant, un GRAND MERCI à tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ces journées ; professionnels, bénévoles, et bien sûr proches aidants !

Les périodes de rentrée sont toujours riches en évènements. La journée des Dys a eu lieu le 15 Octobre, et à venir la journée mondiale du diabète qui aura lieu le 19 Novembre, suivie de près par la journée nationale de la dénutrition ! Nos agendas vont se remplir de temps forts à ne pas rater avec des perspectives communes visant à apporter de la légèreté aux quotidiens de nos proches aidants !





ACTUALITÉS

Chaque mois nous vous partageons les actualités locales et nationales importantes, qui vous soutiennent dans votre quotidien, de professionnel ou d'aidant.e.

Vous avez la possibilité de nous partager des actualités à aidants@codes30.org : nous les publierons dans le prochain numéro.

Toutes les actualités sont à retrouver sur la plateforme [Aidants Gard](#)

Le 14 Novembre Journée Mondiale du diabète

Depuis 1991, tous les ans à la même date une journée est dédiée aux personnes qui vivent au quotidien avec un diabète. Cette journée a également pour objectif de mieux informer sur cette pathologie et aussi de mieux prévenir son apparition !

La Fédération Française des Diabétiques vous donne accès à la [carte des manifestations](#) qui se dérouleront près de chez vous.

L'association Française des Diabétiques du Gard et le CHU de Nîmes se mobilisent pour cette édition et vous convient le 19 Novembre 2022 aux Archives départementales du Gard à un Forum où vous trouverez des conférences, des débats et des stands d'informations et de prévention.

[Pour en savoir plus](#)



LIGUE CONTRE LE CANCER

Depuis la rentrée, La ligue contre le Cancer communique nationalement son soutien aux proches aidants ! Quand près d'1 français sur 10 aide une personne atteinte de cancer et que 64% d'entre eux ignorent qu'ils sont « aidants », la cause renvoie à des questions de justice sociale, de solidarité et de santé.

Comment aident-ils les proches aidants ?



Via des Espaces de rencontres et d'information : dans le Gard nous en comptons 2 ; L'institut de Cancérologie du Gard (ICG) au CHU de Nîmes, avec une permanence du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30.

Via un numéro vert national pour de l'écoute, du soutien, des conseils, etc ...

Via des informations sociales et administratives que l'on trouve sur le site internet.

À travers des brochures spécifiquement conçues pour l'accompagnement et le bien être en lien avec les cancers.

[Pour en savoir plus](#)





La semaine de la dénutrition c'est partout en France du 18 au 25 Novembre !

2 millions de personnes sont concernées par cet état nutritionnel en France, enfants hospitalisés, personnes âgées en établissement ou au domicile, etc...

Afin de mieux comprendre, mieux mesurer les risques et aussi et surtout mieux prévenir la dénutrition, des actions de sensibilisation sont proposées durant cette semaine de manière nationale.

A cette occasion le jeudi 24 Novembre, le Centre Hospitalier Alès Cévennes et le Comité de Liaison Alimentation et Nutrition organisent une formation gratuite pour savoir dépister et agir contre la dénutrition. Pensez à vous inscrire !

[Pour en savoir plus](#)



Ensemble pour l'autonomie : s'informer sur les solutions

Pour la 5^{ème} année consécutive, la CNSA déploie une campagne d'information sur les solutions et les aides à l'autonomie.

Une vidéothèque vous donne accès à plusieurs réponses en lien avec les solutions d'hébergement, le maintien de l'autonomie et d'autres thématiques répondant à 3 préoccupations majeures :

? Comment puis-je être aidé chez moi pour conserver mon autonomie ?

Comment vivre dans un chez soi plus sécurisé ?

En tant que proche aidant comment puis-je bénéficier d'aide et de soutien ?

Rendez-vous sur le portail pour les personnes âgées.com pour avoir accès à ces informations, mais aussi à des annuaires et des comparateurs pour guider vos choix et des formulaires pour vos demandes d'aides.





LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS DES PROCHES AIDANT.E. S

Vous organisez un événement ou vous en connaissez un ? Partagez-nous-le en envoyant un mail à aidants@codes30.org !

Le coin des plateformes de répit

Les plateformes de répit accueillent vos proches dans une ambiance conviviale pour s'amuser, se dépenser, comprendre, apprendre, etc... Une équipe soignante est là pour s'assurer que chacun se sente au mieux !

La plateforme de répit des aidants d'Amaelles Vivadom

La plateforme de répit, Les jardins d'Aloïs, située au 840 Rue Roger Betreux à Nîmes, vous propose de participer à de nombreux ateliers collectifs dans ses locaux !

Au programme

Des ateliers numériques Les mardis 8, 15, 22 et 29 Novembre à 14h45

Des ateliers Qi gong Les jeudis 3 et 17 Novembre à 14h30

Des ateliers relaxation le jeudi 10 Novembre à 14h30

Et un déjeuner au Restaurant le vendredi 18 Novembre

[Pour en savoir plus](#)



La plateforme de répit Les Jardins de Saint Hilaire

La plateforme de répit, Les jardins de Saint Hilaire située au 131 chemin de Camp Ardon à St-Hilaire de Brethmas, vous propose de participer à de nombreux ateliers collectifs !

Au programme

Un atelier musicothérapie le vendredi 4 Novembre à 14h

Un atelier Art thérapie le mardi 8 Novembre à 14h30

Une sortie au Musée de la Romanité le jeudi 10 Novembre à 13h30

Un atelier sophrologie le mardi 15 Novembre à 14h30

Un atelier Qi gong et Calligraphie le jeudi 17 Novembre à 14h30

Un atelier Bien être le lundi 21 Novembre à 11h

Un atelier Gym douce le mardi 22 Novembre à 14h30

Un atelier Pilates et Danse le vendredi 25 Novembre à 14h30

Et un repas convivial le mardi 29 Novembre à 12h

[Pour en savoir plus](#)





LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS DES PROCHES AIDANT.E. S

Vous organisez un événement ou vous en connaissez un ?
Partagez-nous-le en envoyant un mail à aidants@codes30.org !

16 Novembre / Café des familles

L'association Hubert Pascal et l'association ADAO animent pour vous un café des familles au 318 Rue des costières à Nîmes à 14h30

[En savoir plus](#)

17 Novembre / Le café de la différence

Le centre socio culturel Simone Veil vous accueille à partir de 9h30 pour un moment d'accueil et d'accompagnement destiné aux proches aidants.

[En savoir plus](#)

17 Novembre / Forum Santé

Le CCAS de Sauve vous accueille lors de son Forum santé à L'Espace Culturel de Sauve de 9h à 17h

[En savoir plus](#)

18 Novembre / Forum Handicap « La force sous les apparences » :

Vous êtes conviés à un forum Handicap de 9h à 12h à la Salle Sainte Barbe à Molière sur Cèze

[En savoir plus](#)

18 Novembre / Parenthèse ()

L'association Les Mille Couleurs et ADAO vous accueillent de 14h30 à 16h30 dans les locaux des Milles Couleurs pour vous épauler, vous soutenir.

[En savoir plus](#)

19 Novembre / Forum santé diabète

L'association Française des Diabétiques du Gard vous attend le 19 Novembre 2022 de 9h à 14h aux archives départementales du Gard

[En savoir plus](#)

22 Novembre / « A 2 mains »

L'équipe de la Maison des aidants vous convie à son atelier créatif « À 2 mains de 14h30 à 16h à la maison des Aidants à la Grand-Combe

[En savoir plus](#)

22 Novembre / Comment prévenir la dénutrition chez les personnes malades ?

France Alzheimer Gard vous propose une conférence publique pour les aidants des personnes malades au CCAS de Nîmes à 14h

[En savoir plus](#)

23 Novembre / « Saveurs et partage »

L'équipe de la Maison des aidants vous convie à son atelier cuisine de 09h30 à 11h30 au 10 Quai boissier de Sauvage à Alès

[En savoir plus](#)

24 Novembre / Paquita fait le marché

Le tiers lieu Paquita de la Croix Rouge Française vous rejoint sur le marché du Mas de Mingue le 24 Novembre de 9h à 12h

[En savoir plus](#)

25 Novembre / Le temps des familles

La Croix Rouge Française en partenariat avec l'association des Aidants d'Occitanie vous accueille lors d'un temps convivial à l'EHPAD Indigo de 14h30 à 16h30.

[En savoir plus](#)

28 Novembre / Bulle de Vie

L'association ADAO organise un atelier d'expression théâtrale au centre social intercommunal Pierre Mandes de Saint Quentin la Poterie de 14h30 à 16h30

[En savoir plus](#)

CYCLES DE 6 ATELIERS « un moment de détente » : « S'amuser en découvrant des jeux d'expression et de théâtre »

La maison des aidants vous propose un moment de détente les mardis 08, 15, 22 et 29 Novembre dans les locaux de l'EHPAD Résidence SAMDO Rochebelle.

[En savoir plus](#)

Retrouvez l'ensemble des événements sur [l'agenda en ligne](#)



OUTILS ET RESSOURCES

CENTRE DE RESSOURCES DOCUMENTAIRES

Le Centre de Ressources Documentaires du CODES 30 met à votre disposition chaque mois de nouveaux documents et outils pédagogiques pour accompagner vos actions de supports d'information et d'animation.

Toutes les images sont cliquables



Santé BD

Cet outil, coordonné par l'association CoActis Santé est une vraie boîte à outils pour aborder et comprendre la santé à travers l'utilisation d'images et de mots simples. Pour un proche aidant la gestion des rendez-vous médicaux peut parfois s'avérer compliquée tant en termes de préparation, d'acceptation des soins qu'en terme de compréhension du soignant. SantéBD peut être une solution pour permettre à tous d'être acteur de leur santé. Vous trouverez tous ces outils sur [le site internet](#).



Mon enfant après moi

Avec le froid qui s'installe, un temps de pause s'impose ! Arte a diffusé un documentaire poignant qui aborde tout en douceur le délicat passage de relais tant redouté par les parents isolés vieillissants accompagnant leur enfant. La maison d'accueil Boistissandeau nous ouvre ses portes pour 58 minutes de mise en lumière sur un sujet peu abordé. Si vous ne l'avez pas encore visionné [C'est ici !](#)

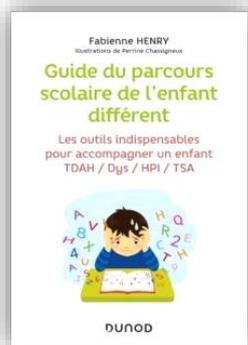


Des récits et des vies

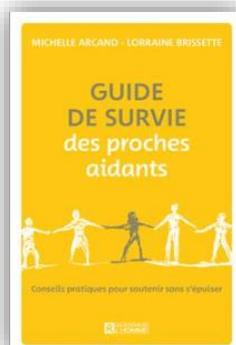
Un nouvel outil disponible au centre de ressources documentaires du CODES. Une version pour les plus jeunes, une autre qui s'adresse aux 19 ans et +, qui donne la possibilité de s'exprimer, de se questionner sur soi et de délier les langues. [À emprunter au CODES 30 !](#)



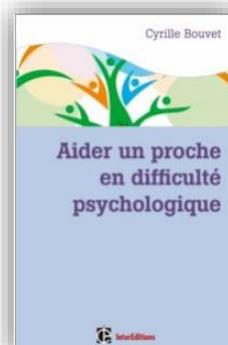
DE NOUVEAUX OUVRAGES



Guide du parcours scolaire de l'enfant différent, Dunod, 234p, 2022



Guide de survie des proches aidants, Les Éditions de l'Homme, 264p, 2022



Aider un proche en difficulté psychologique, InterEditions, 247p, 2016

Les documents sont à retirer gratuitement ou à emprunter pour une durée de 15 jours. N'hésitez pas à contacter la documentaliste par téléphone au 07.49.17.74.74 ou par mail à documentation@codes30.org. Les documents peuvent être récupérés sur place ou pendant les permanences sur les antennes du département. [Nous contacter](#)

D'autres outils sont [disponibles ici !](#)

Consulter la plateforme en ligne dédiée aux proches aidants :

Aidants Gard

aidants@codes30.org

Espace ressource
Proches Aidants

pour ceux qui aident un proche en perte d'autonomie liée à l'âge ou au handicap

58 Avenue Georges Pompidou, 30900 Nîmes

Newsletter éditée par le CODES 30

Comité Départemental d'Éducation pour la Santé du Gard,
15 rue Sainte Anne, 30900 Nîmes - Tél. : 04 66 21 10 11

E-mail : contact@codes30.org

Site Internet : www.codes30.org