

La place de l'aidant est une dimension importante à prendre en compte dans l'accompagnement d'une personne en perte d'autonomie. L'aidant vit au quotidien la maladie de son proche et se révèle être, dans certains cas, un pilier, un repère pour la personne aidée.

Il est nécessaire et important de permettre aux aidants d'aborder des thématiques et des questionnements propres à leur rôle d'aidant par le biais de formation et/ou d'information. Les objectifs sont d'apporter un soutien aux familles, de leur apporter de l'information sur les spécificités de la maladie et ses évolutions, de créer un espace de parole entre aidants afin de rompre la solitude et l'isolement, renforcer le lien social et prévenir l'épuisement.

**Un aidant informé, formé et soutenu, accompagnera mieux son proche, réduira le risque d'épuisement et préservera sa santé, sa vie personnelle et sa vie sociale.**

## Formation des aidants

### **France Alzheimer Manche**

Formation gratuite de 6 séances de 2h animée par un psychologue et un bénévole France Alzheimer  
Plus d'information sur les prochaines formations :

<https://www.francealzheimer.org/manche/nos-activites/>

<https://www.francealzheimer.org/manche/wp-content/uploads/sites/74/2018/02/Affiche-antenne-Coutançaise-2018.pdf>

Contact : 02 33 17 16 41  
(Siège France Alzheimer Manche)

### **France Parkinson**

Formation en ligne <http://formaparkinson.fr>

### **Réseau de santé RBN-SEP**

Des actions ponctuelles sont organisées.  
Contact : 02 31 08 16 00

### **Fondation du Bon Sauveur CERFOS**

Des formations à destination des aidants familiaux sont régulièrement organisées  
Contact : 02 33 21 84 17

## Soutien /Informations collectives

### **Café mémoire France Alzheimer®**

Espace d'écoute et d'expression aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer, aux familles, aux professionnels du soin, au grand public.

Chacun arrive et repart quand il le désire. Dans une atmosphère détendue, tout le monde est convié à partager son expérience, à poser les questions qui l'intéressent.

Pour la région saint Loise : contact Mme Rabec  
02 33 57 54 70

### **KAWA SEP Ligue Française contre la Sclérose En Plaques (LFSEP)**

Rencontre entre patients atteints de Sclérose En Plaques et aidants. Contact : Anne Le Grand 06 21 68 50 65

### **Réseau de santé RBN-SEP**

Un accompagnement et des actions sont proposés.  
Contact : 02 31 08 16 00

### **Cafés Parkinsoniens organisés par France Parkinson**

Rencontre entre patient atteints de maladie de Parkinson et leurs aidants

Tous les 1ers vendredis de chaque mois de 14h30 à 16h30 à Cherbourg au Café des délices (contact : 02 33 42 34 45)

**Comptoir des aidants** – EHPAD de Marigny – 02 33 77 14 75

## Soutien/accompagnement individuel

Les associations de patients et de professionnels peuvent soutenir, écouter et conseiller les aidants familiaux. N'hésitez pas à les contacter. Dans certains cas, un accompagnement individuel par un psychologue peut être proposé.

- **France Alzheimer Manche**

Antenne Coutançaise Mme SAUVEY 02 33 17 16 41  
Antenne Saint Loise Mme RABEC 02 33 57 54 70

- **Délégation départementale de France parkinson**

Cherbourg - M. SMET 02 33 42 34 45

- **Association des parkinsoniens de la Manche**

Agneaux – Mme VASTEL – 06 86 13 26 44  
Montmartin sur Mer –M. LEMAY – 02 33 46 76 23

- **Association des Aveugles et Malvoyants de la Manche**

Coutances – Mme REFUVEILLE 02 33 61 22 95

- **Association des Devenus Sourds et Malentendants de la Manche SURDI 50**

Coutances - 06 81 90 60 63

- **Association Française des Diabétiques 50**

Coutances M. LEHOUSSEL- 06 12 88 95 83

- **Association des Paralysés de France (APF) France Handicap, Délégation de la Manche 02 33 87 23 30**

- **Ligue Française contre la Sclérose En Plaques (LFSEP)**

Mme Le Grand – 06 21 68 50 65

- **Réseau de santé RBN-SEP - 02 31 08 16 00**