

# LES SAMEDIS DU PRISMS (PÔLE RESSOURCES D'INITIATIVES SOCIALES ET MEDICO-SOCIALES) LE SABLONAT

## UN HABITAT POUR LES AIDANTS

Dès 2017, l'EHPAD le Sablonat a répondu à un appel à candidature de l'ARS Nouvelle-Aquitaine, intitulé AAC EHPAD Pôle Ressources de proximité afin de proposer les ressources internes de l'EHPAD au territoire et aux habitants qui y vivent.

Du projet associatif et d'établissement, au désir de "s'ouvrir sur et à l'extérieur", le pôle ressources d'initiatives sociales et médico-sociales (PRISMS) est devenu en quelques années une réelle passerelle entre le domicile et l'EHPAD. Ainsi le PRISMS propose des solutions personnalisées et adaptées aux habitants fragilisés grâce à l'aménagement d'un espace de répit pour les aidants et leurs proches, par un accompagnement et un programme d'activités personnalisé tout au long de l'année.



**Bordeaux (33)**

Ville Membre depuis 2014

## OBJECTIFS :

- Aménager un espace de répit pour les aidants et leurs proches malades en proposant un accompagnement et un programme d'activités personnalisé tout au long de l'année.

## PRATIQUE :

- Rédiger un bilan d'accueil pour les personnes qui souhaitent intégrer le PRISMS.
- Proposer un accompagnement individuel des aidants.
- Organiser des ateliers de gestion du stress.
- Evaluer le projet grâce à un questionnaire de satisfaction.

## UN PROGRAMME D'ACTIVITÉS VARIÉ ET DIVERS

Le pôle ressources est composé d'une équipe pluridisciplinaire : une psychologue, une art thérapeute, une coordinatrice et divers intervenants extérieurs. En ce qui concerne l'organisation de l'action, un bilan d'accueil est effectué pour repérer les besoins, attentes et demandes des personnes qui désirent intégrer le PRISMS. Toutes les situations rencontrées sont suivies en concertation avec les acteurs du réseau d'aide sur le territoire.

Un repérage des points de fragilité a été effectué : un projet d'accompagnement personnalisé en fonction des fragilités repérées et des attentes du couple aidant/aidé a été mis en place en collaboration. La psychologue du PRISMS assure un accompagnement individuel et/ou groupal psychologique de l'aidant dans un espace d'expression des affects et de création des liens (pair-aidance). Le groupe de parole a lieu un samedi par mois. L'aidant a la possibilité de confier son proche malade au reste de l'équipe en parallèle du groupe.

Des ateliers (menés par des intervenants extérieurs diplômés) permettant de diminuer le stress ressenti sont organisés : la Gym Holistique, l'Art Thérapie Théâtre, la Sophrologie, la Méditation en pleine conscience. Des sorties culturelles permettent l'ouverture sur l'extérieur et les autres. Si l'aidant le souhaite, le proche malade peut y participer. Des repas partagés sont organisés deux samedis par mois avec des activités menées par l'équipe du PRISMS pour lutter contre l'isolement et soutenir la santé par la nutrition. D'autres ateliers de prévention santé sont organisés : la gym adaptée, la marche nordique, l'art thérapie arts plastique, la gym cérébrale et les conférences nutrition-santé.

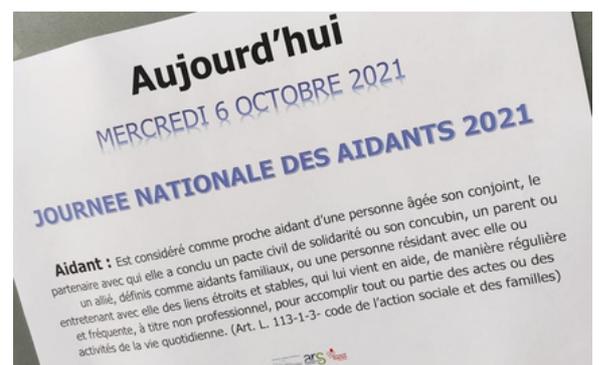
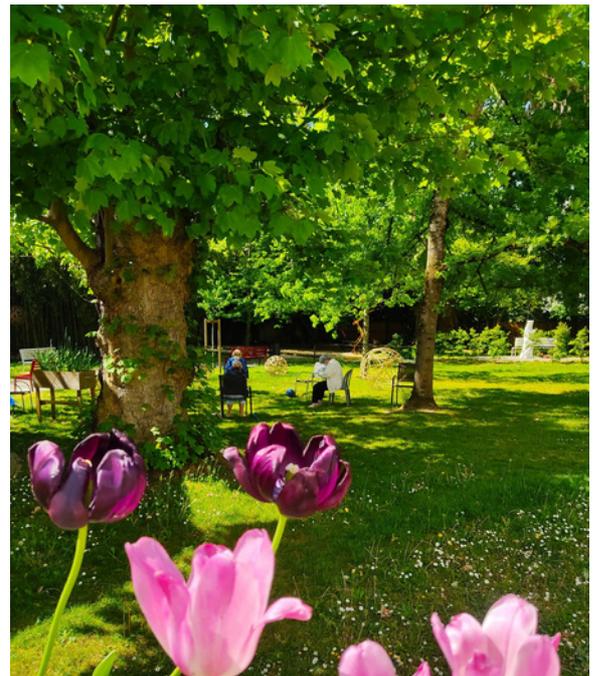
D'autre part, le Pôle Ressources du Sablonat (le PRISMS - Pôle Ressources d'Initiatives Sociales et Médico-Sociales) propose des ateliers de prévention à la Santé à des personnes âgées fragilisées et aux proches aidants sur les quartiers de Saint-Genès/Nansouty/la Gare/ Belcier.

## SUITE DU PROJET

En ce qui concerne la suite du projet, la poursuite des groupes de paroles une fois par mois est prévue, ainsi que l'accueil des proches malades lors des samedis du PRISMS. Les ateliers de gestion de stress pour les aidants seront eux aussi reconduits.

Les temps dédiés aux aidants (mini conférences, réunions de sensibilisation/d'information) et les sorties culturelles dédiées aux couples aidants/aidés seront davantage développés.

L'évolution du projet permettra aux aidants professionnels accompagnant le couple aidant-aidé (aide à domicile) de partager le repas proposé au cours de ces samedis et de leur proposer un espace de parole et/ou de formation.



## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la ville de Bordeaux, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)