

# PLATEFORME DE RÉPIT ET DE SOUTIEN AUX AIDANTS

## Sésame Autisme Franche-Comté

La Plateforme de Répit et de Soutien aux Aidants est portée par Sésame Autisme Franche-Comté, une Association de parents dont l'objectif premier est de proposer des solutions adaptées en matière d'accompagnement et de soutien aux personnes présentant des troubles envahissants du développement (TED). Au fil des années Sésame Autisme Franche-Comté a créé 4 établissements et 2 services spécialisés dans l'autisme implantés sur le Pôle Métropolitain Nord Franche-Comté.

## Le besoin de répit et de Soutien

Les caractéristiques de l'autisme conduisent au repli non seulement de la personne qui en est atteinte, mais aussi de son entourage proche. Force est de constater que la famille développe une vie centrée quasi exclusivement sur les besoins de la personne handicapée ; l'autisme envahit progressivement le quotidien. Ce fonctionnement peut engendrer des situations d'épuisement pour les aidants familiaux. Des actions de répit et de soutien, en relai de l'action des accompagnements réalisés par les proches s'avèrent alors essentielles.

## La Plateforme de Répit et de Soutien aux Aidants

Pour répondre à ces besoins, Sésame Autisme Franche-Comté, en lien avec « Autisme 90 » et soutenue par l'Agence Régionale de Santé développe plusieurs solutions de répit et de soutien sur le Pôle Métropolitain Nord Franche-Comté (hors Héricourt). Ces actions s'adressent aux aidants familiaux vivant avec des enfants ou des adultes présentant un trouble autistique diagnostiqué ou en cours de diagnostic.

Plusieurs services sont dès à présent proposés aux aidants familiaux.

### Répit

- > Accueil et écoute (1)
- > Week-end « Découverte » (2)
- > Garde à domicile (3)

### Soutien aux aidants (4)

- > Groupe d'entre-aide
- > Groupe de parole
- > Activités entre aidants « Prendre soin de soi »

En complément de ces actions, les places d'accueil temporaire du secteur « adultes », (3 places FAM-Hébergement) et du secteur « enfants et adolescents » (2 places IME-Internat) des établissements de Sésame Autisme Franche-Comté restent des solutions de répit pour les aidants familiaux.

## 1 - Accueil et écoute

### Recueillir les besoins

La première mission de la Plateforme est d'assurer le recueil des demandes/ besoins des aidants. Ce travail est assuré par l'animateur de la Plateforme et le personnel administratif de « La Maison de Sésame ». Plusieurs manières de nous contacter :



Du lundi au vendredi de 09:00 à 12:00  
et de 13:30 à 17:00 au 03 39 27 00 30



Par mail : [repit@sesameautisme-fc.fr](mailto:repit@sesameautisme-fc.fr)



« La Maison de Sésame »  
Plateforme de Répit et de Soutien aux Aidants  
99 rue de Champvallon - 25200 Bethoncourt

## 2 - Week-end « Découverte »

### Le principe

Nous accueillons des personnes avec autisme dans le cadre d'un « Week-end Découverte » (2 jours / 1 nuit). Ces séjours prennent appui sur un gîte ou autre location et s'organisent autour d'une activité de loisir (randonnée/activité à dominante sportive, découverte d'une région...). Une manière d'expérimenter la vie en dehors du domicile parental et hors d'un établissement.

### Modalités pratiques

- > 6 séjours programmés par année scolaire
- > chaque séjour est ouvert à un groupe de 4 adolescents (14-20 ans)
- > le lieu varie en fonction des séjours
- > l'encadrement est assuré par 3 professionnels diplômés en travail social et formés à l'accompagnement de personnes avec TED

### Montant de la prestation

- > reste à charge de 30 € par séjour et par personne (hors argent de poche)

## 3 - Garde à domicile

### Le principe

Des professionnels interviennent à domicile pour permettre aux aidants familiaux de souffler, de sortir, de faire quelque chose pour eux, ... Ces interventions peuvent être régulières ou ponctuelles. L'intervention peut également prendre la forme d'un accompagnement autour d'une activité à l'extérieur.

Les professionnels intervenant à domicile sont salariés d'Associations, pilotant notamment des Services à Domicile, partenaires de Sésame Autisme Franche-Comté. Tous les intervenants dans le cadre de ce projet ont été formés à l'autisme et bénéficient d'une supervision.



### Modalités pratiques

Un projet de répit est élaboré pour chaque situation permettant d'adapter l'intervention aux besoins et particularités de la personne accompagnée. Ce projet permettra de définir notamment :

- > le contenu et les modalités d'intervention
- > les horaires et les durées d'intervention
- > les intervenants mobilisés

### Montant de la prestation

> Vous bénéficiez de l'**Allocation d'éducation de l'enfant handicapé** (AEEH) assortie d'un complément ou de la **Prestation de Compensation du Handicap** (PCH) « Aide humaine ». Ces allocations permettent justement de couvrir ces frais d'intervention. La prestation sera directement facturée à la famille par le service d'aide à domicile.

> Vous êtes **dans l'attente de l'attribution d'une allocation** pour personne en situation de handicap : la Plateforme de répit subventionne directement les interventions à domicile (sous condition). Un reste à charge de 10 € / heure d'intervention vous sera demandé.

Prenez contact avec nous, des professionnels vous guideront pour la prise en charge financière du coût des interventions, en lien avec la Maison Départementale des Personnes Handicapées de votre département.

## 4 - Soutien aux aidants

### Le principe

La Plateforme de Répit et de Soutien aux Aidants a pour finalité d'apporter un répit aux aidants sous forme de relai. La Plateforme souhaite également apporter un « soutien direct » et offrir ainsi du temps pour « prendre soin de soi » (temps de parole, rencontres, partage d'information,...)

### Modalités pratiques

Plusieurs actions sont proposées :

- > **Groupe d'entraide des Aidants** : Les aidants peuvent constituer des ressources. Ils disposent donc potentiellement par leur mutualisation de différentes solutions répondant aux difficultés qu'ils peuvent rencontrer. Nous souhaitons soutenir la constitution d'un groupe d'entraide mutuelle. L'objectif serait de partager des problèmes, rechercher ensemble des solutions et d'agir dans une dynamique de coopération. Cela peut également se traduire par l'organisation de sorties, d'événements, ...
- > **Groupe de parole animé par des professionnels qualifiés** : Le groupe de parole entre parents permet de partager, des expériences, des difficultés, un vécu,... Ces échanges peuvent permettre de dégager des pistes de réflexion, voire d'aider à faire des choix. Et plus simplement le groupe de parole permet de recevoir de l'écoute et du soutien dans un cadre bienveillant.
- > **Atelier Sport & Santé** : nous souhaitons proposer aux aidants de participer à un atelier « Sport et Santé » organisé par l'association Siel Bleu/Domisiel. Le renforcement de sa condition physique, la reprise de confiance en soi devraient susciter l'envie pour les aidants de partager un moment de pratique collective ludique et agréable. Les aidants se retrouveraient autour de contenus variés, davantage axés sur des exercices de coopération entre participants favorisant esprit d'équipe et ainsi cohésion. Les supports seront variés : Relaxation, Stretching, Pilate, Renforcement musculaire, Circuit training, Marche nordique, ...[20 € par personne pour l'ensemble des 10 séances]



Prenez contact avec nous pour obtenir des informations complémentaires et vous inscrire.