

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2024

ASBL Aidants Proches Bruxelles



Table des matières

Historique de l'ASBL.....	3
L'équipe	4
Les missions de l'ASBL.....	5
Les objectifs de l'ASBL	5
Projet de sensibilisation « aidants-proches ».....	7
Activités de sensibilisation aux aidants-proches	7
Collaboration avec le réseau néerlandophone	7
La Semaine des Aidants Proches.....	8
Journée des aidants-proches	9
Communication	10
Site internet	10
Réseaux sociaux.....	10
Newsletter	11
Communication papier.....	12
.....	14
.....	14
AAP Initiatives PH.....	15
Formations pour les professionnels et étudiants du secteur social-santé.....	15
Contenu existant.....	15
Création de nouveaux modules	16
Sensibilisations pour les professionnels et étudiants du secteur social-santé.....	16
Développement d'un axe prévention.....	17
Travailler au thème de la post-aidance	17
Construire avec et pour les aidants-proches	19
Travail avec les aidants proches ressources	19
Se former et s'informer.....	20
Lobbying politique	20
Grand questionnaire politique 2024.....	20
Mobilité.....	21
Les mutuelles	21
Soutien téléphonique pour les professionnels	21

Concertation externe.....	22
Soutenir ceux qui soutiennent	24
Ligne d’écoute et d’orientation téléphonique	24
Activités Entr’Aidants	28
Accompagnement des étudiants	30
Concertation interne	31
Bruxelles Région Aidante	34
Constituer un réseau.....	34
Travailler avec les communes.....	35
Rencontrer le monde du travail.....	35
Communiquer autour du projet.....	36
Soutiens - Subvention de l'asbl Aidants Proches Bruxelles	
Soutenir l’ASBL.....	38

Historique de l'ASBL

En 2006, l'ASBL **Aidants Proches** est née à **Namur** sous l'impulsion de la Fondation Roi Baudouin. Au fil du temps, cette institution s'est aperçue de l'importance de la proximité géographique avec son public, les aidants proches. Ainsi, plusieurs antennes ont été créées en Wallonie. En 2014, les administrateurs de l'ASBL Aidants Proches se rendent compte que d'une part il faut tenir compte du transfert des compétences fédérales aux régions en installant un interlocuteur bruxellois pour dialoguer avec les politiques bruxellois et d'autre part de l'utilité d'un ancrage opérationnel pour répondre aux spécificités bruxelloises. Cette double nécessité a conduit en juin 2015, les administrateurs d'Aidants Proches à constituer une nouvelle ASBL sœur de l'asbl wallonne : **l'ASBL Aidants Proches Bruxelles**.

Un premier temps a été réservé à la mise en place de l'ASBL elle-même. Ainsi, il a fallu définir ses missions, l'organiser, débiter la recherche de fonds pour arriver en mai 2016 au lancement opérationnel de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles avec les premiers engagements de salariés. Un site web a été créé, les réseaux sociaux Facebook et Twitter ont été utilisés et une newsletter mensuelle a vu le jour. Ces actions étaient primordiales pour rendre l'ASBL visible auprès des aidants proches, des professionnels, du réseau et du grand public. Ces actions de visibilité ont également permis à certains aidants proches de prendre conscience de leur situation. En **2017**, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles lance **une campagne de sensibilisation** à travers la distribution de colis contenant des flyers et affiches avec des informations relatives aux aidants proches et à l'ASBL.

Les années **2017** et **2018** ont principalement été consacrées au projet « **Mon Réseau Aidant Proche** » dont l'objectif était de créer un outil web visant à faciliter la vie des aidants proches. En **mai 2018**, le projet « Mon Réseau Aidant Proche » se détache de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles pour devenir **l'ASBL SAM le Réseau des aidants** qui met en ligne en septembre 2018 une plateforme web de soutien aux aidants proches. Actuellement, cette plateforme permet aux aidants proches et professionnels d'y trouver des informations utiles sous forme d'articles et de vidéos ainsi qu'un annuaire médico-social regroupant de nombreux prestataires du secteur social-santé. En 2018, d'autres projets ont également vu le jour : l'organisation d'une « Journée Autonomie à Domicile », la mise en place de groupes de parole, la mise en place de formations à destination des professionnels ainsi que la naissance d'un tout nouveau projet : **le Réseau Bruxelles Région Aidante**.

Début 2019, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles se penche essentiellement sur la réflexion autour du projet « **Bruxelles Région Aidante** » ainsi que sur la participation aux divers projets du réseau bruxellois. Au dernier trimestre 2019, l'ASBL accueille une toute nouvelle équipe de salariés. L'ASBL s'est alors investie activement dans divers projets dans le but d'être visible auprès d'un plus grand nombre. Cet investissement se traduit par la présence sur différents forums, rencontres, la création et distribution de supports papiers (flyers, cartes de visites, ...) et le développement de supports numériques (Facebook, site internet, newsletter). La fin d'année 2019 a permis à la nouvelle équipe d'établir ses objectifs pour l'année 2020.

En 2020, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a principalement stabilisé son activité grâce à l'arrivée de la nouvelle équipe. Les travailleurs se sont concentrés sur trois missions : assurer la permanence téléphonique de l'ASBL, développer le projet Bruxelles Région Aidante et améliorer la communication de l'ASBL via le site internet, les réseaux sociaux et la communication papier. **En 2021**, L'ASBL a poursuivi plusieurs de ces projets et d'autres encore. Plus précisément, l'asbl a travaillé autour de 6 axes : la communication, la collaboration avec les ASBL sœurs, le projet Aidants Proches Partenaire, le projet Bruxelles Région Aidante, le soutien aux aidants proches et les sensibilisations / formations.

En 2022, l'ASBL a poursuivi ces différents projets. L'année a été marquée, entre-autres, par l'organisation d'une grande journée d'étude autour du soutien aux aidants-proches par les pouvoirs locaux.

En 2023, l'ASBL a poursuivi ses missions et projets. L'année a été particulièrement marquée par un travail politique important via la co-construction d'un memorandum politique et de nombreuses rencontres politiques (partis & cabinets).

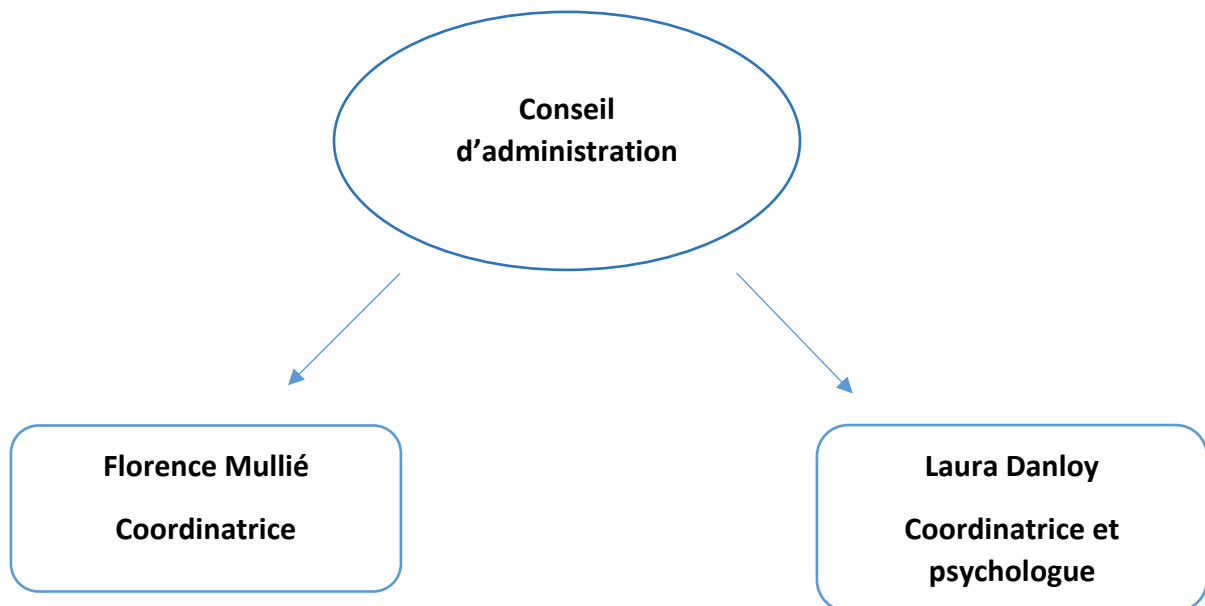
Les projets et missions accomplies en **2024** sont détaillées dans ce rapport d'activité.

L'équipe

L'équipe est composée en 2024 de 2 personnes qui coordonnent toutes les deux les différents projets de l'ASBL

- L'une des coordinatrices de l'ASBL est à 0.8 ETP
- L'autre coordinatrice est psychologue et travail à temps plein 1 ETP

Nous espérons pouvoir étoffer l'équipe ces prochaines années afin de développer davantage l'activité et le soutien aux aidants proches. À noter qu'en 2024, la coordinatrice de l'ASBL a été absente pendant 2 mois (janvier & février 2024) pour son congé de maternité, ce qui peut influencer les activités qui ont effectivement pu être menées.



Les missions de l'ASBL

Les aidants proches sont évalués à 10% à Bruxelles¹. L'expérience montre qu'il est difficile de les identifier car le plus souvent, ces personnes qui aident un proche (membre de leur famille, ami, voisin, ...) ne se reconnaissent pas comme tel. Ce nombre pourrait donc être sous-évalué.

Quelle que soit la situation de la personne aidée, être aidant proche a des conséquences sur les différents domaines de sa vie. En effet, la situation d'aide va modifier plus ou moins fortement le quotidien de l'aidant proche. Cela peut être positif et bien vécu mais également plus difficile, vécu comme un fardeau avec des conséquences possibles sur la vie professionnelle, sur la vie sociale et privée ainsi que sur la santé mentale et physique de l'aidant proche. L'aidant proche peut avoir d'autres obligations et fait ce qu'il peut pour trouver son équilibre. Ces situations d'aide peuvent durer, inquiéter, fatiguer ou culpabiliser l'aidant proche. C'est dans ce contexte que l'ASBL intervient en soutenant les aidants proches, en formant les professionnels et en sensibilisant tout un chacun à la thématique des aidants proches pour enclencher une prise de conscience et une solidarité collective.

La mission première de l'ASBL est donc de soutenir les aidants proches dans leur prise de recul et d'informations. Il s'agit de leur offrir la possibilité de déléguer leurs charges en les informant sur les services existants en région bruxelloise tout en les valorisant dans leur rôle de partenaire à part entière dans le dispositif d'aide et de soins de leur proche aidé. La ligne téléphonique est aussi et avant tout, une ligne d'écoute pour que les aidants proches puissent déposer leur vécu.

La deuxième mission principale est de contribuer à l'évolution des mentalités sur la question des aidants proches, à travers diverses actions :

- Par un lobbying auprès des instances politiques bruxelloises, fédérales et des entités fédérées ;
- Par la sensibilisation du grand public, des professionnels et des étudiants à la thématique des aidants proches ;
- Par notre présence auprès du réseau (exemples : conférences, colloques, tables rondes, etc.) ;
- Par notre participation à différents projets en collaboration avec le réseau.

Les objectifs de l'ASBL

En 2024, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a travaillé sur 10 axes :

- La communication ;
- Le projet Aidant Proche Ressource (anciennement appelé « aidant proche partenaire ») en rencontrant différents aidants proches qui souhaitent s'investir au sein de l'ASBL ;
- L'administratif et les subsides : pour maintenir les emplois des deux salariés, il est nécessaire d'assurer un suivi administratif et des subsides. L'asbl Aidants Proches Bruxelles reçoit 5 subsides différents et la gestion de ces subsides est énergivore ;

¹ E. Braekman, R. Charafeddine, S. Drieskens. Enquête de santé 2018 : Aide informelle. Bruxelles, Belgique : Sciensano ; Numéro de rapport : D/2020/14.440.62. Disponible en ligne : www.enquetesante.be

- Les formations et les sensibilisations en travaillant à une meilleure communication autour de ce projet, en acceptant les demandes qui arrivent au sein de l'asbl et en tentant de créer de nouveaux modules ;
- Le lien avec les aidants proches à travers le maintien qualitatif de la ligne d'écoute et d'orientation téléphonique et l'organisation d'activités Entr'Aidants ;
- Le projet Bruxelles Région Aidante en poursuivant le travail de réseau, le travail de collaboration avec les communes et la communication autour de ce projet ;
- Le lobbying politique en rencontrant des représentants politiques ;
- La concertation externe : participation à des groupes de travail, des journées d'étude, etc. pour mettre à disposition notre expertise sur le sujet des aidants proches et faire évoluer les mentalités ;
- La concertation interne : maintenir le lien et construire des objectifs communs avec les ASBL sœurs : Aidants Proches (en Wallonie), Jeunes & Aidants Proches (et son équipe mobile) et SAM le Réseau des Aidants ;
- L'organisation de la Journée des Aidants Proches et de la Semaine des Aidants Proches.

Ce rapport d'activité 2024 permettra de rendre compte de tout le travail accompli par l'ASBL Aidants Proches Bruxelles. Ce rapport d'activité, pour une facilité de lecture par les pouvoirs subsidants sera rédigé par subsidie. L'ASBL reçoit actuellement 5 subsidies qui permettent de construire 5 projets qui se déclinent chacun en plusieurs actions.

Projet de sensibilisation « aidants proches »

Ce projet est subsidié par Iriscare à hauteur de 15.000€. 5 actions sont menées à travers ce projet :

- Activités de sensibilisation aux aidants-proches
- Collaboration avec le réseau néerlandophone (bruxellois et flamand)
- Organisation et gestion de la Semaine des Aidants Proches
- Organisation de la Journée des Aidants-Proches
- Communication de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles.

Activités de sensibilisation aux aidants-proches

L'une des missions de l'ASBL est la sensibilisation. Cette sensibilisation peut se faire à plusieurs niveaux et auprès de différents acteurs : les professionnels du secteur social-santé, les étudiants du secteur social-santé, les aidants-proches, les politiques, le grand public.

Dans le cadre de ce projet-ci, l'ASBL sensibilise et anime des activités pour des aidants proches en se déplaçant auprès de différentes structures. Deux thèmes sont possibles de sensibilisation :

- Qui sont les aidants-proches ?
- Les droits des aidants-proches

En 2023, 2 sensibilisations ont été organisées à destination d'aidants proches et 2 activités de type groupe de parole ont été animées. À noter que les sensibilisations sont systématiquement ouvertes aux professionnels et grand public mais le public visé en priorité sont les aidants proches. Ci-dessous, les institutions / services qui ont organisé ces sensibilisations (toutes les deux ont porté sur les droits des aidants proches) :

- Enéo
- Hispano-Belga

C'est également Hispano-Belga qui a demandé à l'ASBL de venir animer deux groupes de parole en novembre & décembre 2024 pour qu'ils puissent ensuite poursuivre cette activité de manière autonome.

Collaboration avec le réseau néerlandophone

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles a le souhait de connaître ce qui se fait pour les aidants proches, tant du côté francophone que du côté néerlandophone et de collaborer avec les acteurs néerlandophones. Cela pour être en lien et s'inspirer et se nourrir mutuellement de ce que l'on fait mais également pour apporter des réponses de qualité aux aidants proches et enfin pour organiser le plaidoyer politique fédéral et régional. Le travail des associations de soutien aux aidants proches francophones et néerlandophones est complémentaire.

Dans cette optique, nous entretenons des contacts avec Steunpunt Mantelzorg, association néerlandophone qui œuvre pour les aidants proches à Bruxelles, tout comme le fait Aidants Proches Bruxelles.

Parmi les autres activités concrètes auxquelles l'ASBL a participé dans le réseau néerlandophone, nous avons, une nouvelle fois, participé au Kijkstage organisé par Huis voor Gezondheid en allant visiter l'asbl les Pissenlits.

L'ASBL n'a pas pu continuer à participer aux comités de quartier auxquels elle est inscrite : le wijkoverleg comité (organisé par Bruzel, projet de Huis Voor Gezondheid) et le comité Karreveld. Ces réunions en ligne ou en présentiel mettent en lien de nombreux professionnels du secteur social-santé et permettent d'évoquer ensemble des questions pratiques afin de trouver des solutions. L'asbl n'a pas réussi à maintenir sa participation cette année mais des mails circulent entre les membres du comité lorsque quelqu'un a une question pratique. L'ASBL a pu ainsi à plusieurs reprises découvrir de nouvelles asbl ou services et a pu donner des informations sur les aidants-proches. La participation à ces projets, même plus à distance cette année, permet de poursuivre notre découverte du réseau bruxellois, plutôt néerlandophone dans ce cas et permet également de faire connaître l'ASBL auprès des membres du comité.

La Semaine des Aidants Proches



Cette année, les ASBL Aidants Proches, Aidants Proches Bruxelles et Jeunes & Aidants Proches ont organisé la 11^{ème} édition de la Semaine des Aidants Proches. Elle s'est déroulée du 30 septembre au 06 octobre 2024.

L'année 2024 a été marquée par une réorganisation de la communication autour de cet événement. Cette réorganisation a pris beaucoup de temps et a influencé le taux de participation habituellement plus élevé. En 2024, plus de 70 activités ont été organisées à Bruxelles et en Wallonie. Plus précisément, 20 activités ont été organisées à Bruxelles.

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles a participé activement à 4 activités :

- En animant 2 ciné-débats auprès de Senior Académie et Loisirs & Santé (structures de Solidaris) ;
- En participant à la journée internationale des seniors sur la commune d'Ixelles ;

Aidants Proches – Bruxelles ASBL - Boulevard de Smet de Naeyer, 570 à 1020 Laeken – Tél : 02/474.02.55
Courriel : info@aidantsproches.brussels – N° entreprise : 0632653202 – N° de compte : BE17 3631 5098 8321

- En tenant un stand au symposium national des centres de référence belge pour l'infirmité motrice cérébrale organisé par l'Hudérf

Dès janvier 2025, les ASBL se pencheront sur l'organisation de la 12^{ème} édition qui aura lieu du 29 septembre au 05 octobre 2025.

Journée des aidants-proches

Journée des Aidant.es proches
Vendredi 21/06

ENTRÉE LIBRE & GRATUITE

15-20h Jacuzzi
Reservation au 0491905048

15-20h Château gonflable & Jeux

19-20h Concert
Manneken Pistols

10h Méditation 5 €
11h30 Yoga 5 €
13h30 Qi Gong 5 €
Réservation au 0473205632

12-20h Portes ouvertes

A LA MAISON DE L'AIDANCE
BOULEVARD DE SMET DE NAEYER 578
1020 LAEKEN

Dag van de mantelzorgers
Op Vrijdag 21/06

VRIJE IN GANG EN GRATIS

15-20u Jacuzzi
reservatie op 0491905048

15-20u Luchtkasteel & spellen

19-20u Concert
Manneken Pistols

10u Meditatie 5 €
11u30 Yoga 5 €
13u30 Qi Gong 5 €
Reservatie op 0473205632

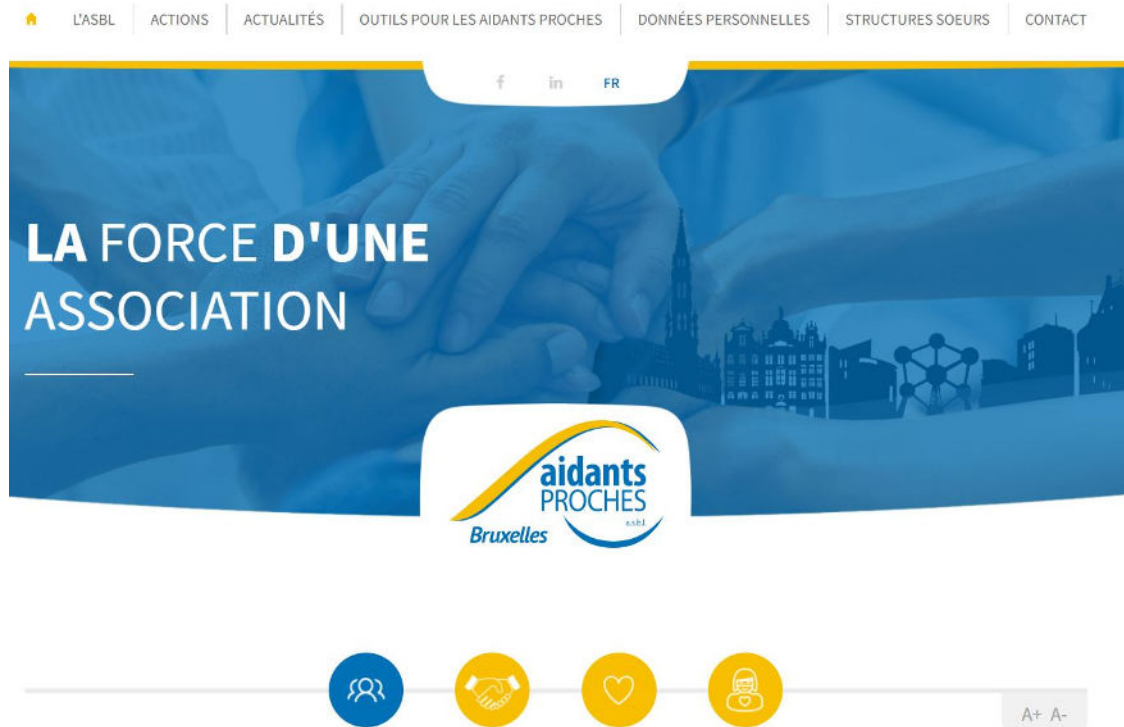
12-20u Open Deur

HUIS VAN DE MANTELZORG, DE SMET
DE NAEYERLAAN 578 1020 BRUSSEL

Le 21 juin est la journée dédiée aux aidants proches en Belgique francophone. En 2024, les ASBL de la Maison de l'Aidance ont organisé une matinée bien-être avec l'accès à des activités de méditation, yoga et qi gong puis une après-midi portes ouvertes avec l'accès au jacuzzi sur l'accès à un château gonflable & des jeux pour les jeunes aidants proches, de quoi grignoter & boire et l'organisation d'un concert à la fin de la journée. Cette journée était une journée portes ouvertes où toute personne intéressée par la thématique pouvait venir visiter les lieux. Plusieurs dizaines d'aidants proches et jeunes aidants proches ont participé à cette journée qui a de plus en plus de succès chaque année.

Communication

Site internet



L'ASBL Aidants Proches Bruxelles utilise un site internet afin de communiquer diverses informations. Les personnes qui le visitent peuvent trouver des informations générales sur l'ASBL, des informations concernant nos différentes actions (ligne d'écoute et d'orientation téléphonique, Bruxelles Région Aidante, formations, carte d'urgence, législation sur les aidants proches, etc.). Le site permet également d'informer sur les actualités et divers événements du réseau. Pour finir, les personnes qui se rendent sur le site peuvent trouver des coordonnées utiles : nos homologues néerlandophones, notre homologue wallon, etc.

Lien vers le site internet : www.aidantsproches.brussels. En 2024, 13.000 utilisateurs (dont 10.000 nouveaux) ont visité le site, une belle visibilité pour l'ASBL !

Réseaux sociaux

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles est présente sur deux réseaux sociaux :

- Facebook (<https://www.facebook.com/AidantsProchesBXL>)
- LinkedIn (<https://www.linkedin.com/company/aidants-proches-bruxelles-asbl>).



Sur la **page Facebook**, nous publions, entre autres, des informations sur l'ASBL, le statut des aidants, des aides auxquelles les aidants peuvent faire appel, des activités de répit, des groupes de parole, des témoignages, des idées de lecture, des événements et informations du réseau, etc. C'est un moyen d'informer les aidants proches et de

rester en contact avec nos partenaires et les professionnels du terrain. En 2024, la page Facebook a été régulièrement alimentée : en moyenne, deux à trois fois par semaine. 268 personnes se sont abonnées à la page Facebook. Fin 2024, la page était suivie par 2086 personnes. Nous constatons également que les posts sur la page Facebook génèrent plus de « likes » et de commentaires qu'à la création de la page. Le travail de communication de l'ASBL semble donc porter ses fruits.

La **page LinkedIn** est principalement utilisée pour informer les professionnels des actualités de l'ASBL, législatives et des nouveaux projets. En 2024, la page LinkedIn est régulièrement alimentée : au minimum, un post par semaine est publié ce qui a permis de considérablement augmenter le nombre d'abonnés. Fin 2024, la page comptait 326 abonnés contre 226 en 2023.



Newsletter

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles utilise des newsletters électroniques pour informer régulièrement toutes les personnes qui sont inscrites dans notre listing. Cette newsletter est bimensuelle. Elle est envoyée à 1060 personnes (aidants proches, professionnels, etc.) contre 928 personnes en 2023. Les différentes newsletters envoyées sont publiées sur le site internet de

Aidants Proches – Bruxelles ASBL - Boulevard de Smet de Naeyer, 570 à 1020 Laeken – Tél : 02/474.02.55
Courriel : info@aidantsproches.brussels – N° entreprise : 0632653202 – N° de compte : BE17 3631 5098 8321

l'ASBL Aidants Proches Bruxelles dans la rubrique « actualités » → « newsletters ». Sur demande, nous envoyons la newsletter en version papier. En 2024, 7 newsletters ont été envoyées.

Communication papier

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles utilise également de la documentation papier afin d'informer les aidants proches, les professionnels, les étudiants, les personnes en situation de handicap ou de maladie via un support qu'ils peuvent trouver dans des salles d'attente, sur des forums, lors d'événements tout public, etc. Pour ce faire, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles dispose de plusieurs supports :

- Un flyer général sur l'ASBL Aidants Proches Bruxelles avec ses coordonnées. Une affiche avec les mêmes informations existe aussi. En 2024, 35 personnes (principalement des professionnels/services) ont commandé des affiches et flyers généraux. Ce flyer est disponible en français et en néerlandais.
- Un flyer sur la loi de reconnaissance des aidants proches qui a été rédigé en 2021 en vue de mieux informer les aidants proches et les professionnels sur la législation des aidants-proches. Différentes informations y sont reprises : qu'est-ce que cette loi ? Pourquoi se faire reconnaître ? Quelles sont les conditions ? Qu'est-ce que le congé aidant -proche ? En 2024, 25 personnes, principalement des professionnels/services, ont commandé des flyers sur la loi de reconnaissance des aidants-proches. Ce flyer est disponible en français et néerlandais.
- Un flyer sur la carte d'urgence qui est un outil qui permet aux aidants proches de réfléchir à des relais s'il leur arrive quelque chose (exemple : malaise cardiaque). En plus du flyer, nous avons des cartes d'urgence en version cartonnée qui peuvent être distribuées / utilisées avant de recevoir les cartes définitives. Pour recevoir les cartes définitives, les aidants proches peuvent compléter un formulaire en ligne : <https://www.aidantsproches.brussels/soutien-aux-aidants/la-carte-durgence/>.
En 2024, 22 personnes, principalement des professionnels/services, ont commandé des flyers sur la carte d'urgence.
- Deux livrets thématiques : « suis-je aidant-proche ? » et « comment articuler vie professionnelle et rôle d'aidant proche ? »

Tous ces documents sont disponibles en version pdf à la demande ou sur notre site internet.

LES AIDANTS PROCHES
Bruxelles

VOUS ÊTES PLUS DE 10% À BRUXELLES

VOUS AIDEZ RÉGULIÈREMENT UN PROCHE EN PERTE D'AUTONOMIE ? NOUS VOUS SOUTENONS !

DE MANTELZORGERS
Bruxelles

JULLIE ZIJN MET MEER DAN 10% IN BRUSSEL

HELP JE REGELMATIG EEN NAASTE DIE ZIJN OF HAAR ZELFSTANDIGHEID AAN HET VERLIEZEN IS ? WIJ STEUNEN JE !

ZORGT U REGELMATIG VOOR EEN HULPBEHOEVENDE NAASTE?

Dan bent u mantelzorger...

Sinds 1 september 2020 is de wet voor de ERKENNING van de MANTELZORGER van toepassing.

Wat zijn uw rechten?

VOUS VOUS OCCUPEZ RÉGULIÈREMENT D'UN PROCHE EN PERTE D'AUTONOMIE ?

Vous êtes aidant proche ...

Depuis le 1er septembre 2020, la loi de RECONNAISSANCE des AIDANTS PROCHES est appliquée.

Quels sont vos droits ?

QUI PRENDRA LE RELAIS APRÈS DE MON PROCHE S'IL M'ARRIVE QUELQUE CHOSE ?

Aidant proche / Personne Aidée

PRÉVENONS L'URGENCE !

AIDANT PROCHE

CARTE D'URGENCE PROVISOIRE

Une personne a besoin de moi

Je m'occupe d'une personne dépendante. En cas d'urgence, merci de prévenir la personne qui pourra prendre le relais.

Coordonnées au dos de cette carte



AAP Initiatives PH

Ce projet est également subsidié par Iriscare à hauteur de 30.000€.

Il permet de travailler à 4 axes :

- Proposer des formations aux professionnels et étudiants du secteur social-santé
- Proposer des sensibilisations aux professionnels et étudiants du secteur social-santé
- Développer un axe et des outils en lien avec la prévention des risques liés au rôle d'aidant proche
- Développer des outils liés à la post-aidance

Ci-dessous, nous développons les actions menées pour chacun de ces axes en 2024.

Formations pour les professionnels et étudiants du secteur social-santé

Cet axe de travail est construit en collaboration avec l'ASBL Aidants Proches en Wallonie. Depuis leur création, les ASBL Aidants Proches ont souhaité construire des modules de sensibilisation et formation à destination des professionnels et étudiants du secteur social-santé suite à un constat : le rôle d'aidant proche et tout ce qu'il implique est peu connu ; les professionnels sont donc peu, voire pas outillés pour soutenir les aidants proches.

Contenu existant



Vous êtes professionnel (ou étudiant) du secteur social-santé et vous êtes régulièrement en contact avec des aidants proches ?
Nous proposons des sensibilisations et formations !

- 
- DES FORMATIONS TOUTS PROFILS (DATES PROPOSÉES PAR LES ASBL)
 - DES SENSIBILISATIONS DE 1 À 2 HEURES (SUR DEMANDE)
 - DES FORMATIONS DE 4 À 6 HEURES (SUR DEMANDE)

Informations : 02/474.02.55
ou formation@aidants.be



Un module de formation général, « Outillez-vous pour mieux comprendre et soutenir les aidants proches », existe depuis de nombreuses années et a été retravaillé au fil du temps. À ce jour, l'ASBL est en mesure de proposer deux formules :

- Une formule de 4 heures : essentiellement théorique.
- Une formule de 6 heures où des mises en situation pratiques viennent s'ajouter pour mieux intégrer la théorie.

3 points sont abordés dans ces formations :

- Définition du terme « aidant proche » ;
- Comment devient-on aidant proche ;
- Soutien & accompagnement de l'aidant proche.

En 2024, l'ASBL a dispensé deux formations de 6 heures au sein de ses locaux (à Laeken).

L'une des deux formations a été financée par le catalogue Form'Action. D'autres formations tous profils ont été proposées en Wallonie (à Belgrade, à Libin et à Mons), l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a co-animé la formation tous profils qui a eu lieu sur Belgrade.

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles a également dispensé une formation sur site auprès de la Maison Biloba Huis en novembre 2024.

Création de nouveaux modules

En plus de la formation de base, les ASBL travaillent à la conception de nouveaux contenus en lien avec les besoins du terrain. En 2024, les ASBL ont ciblé deux thèmes :

- La gestion de conflits
- Un module spécifique dédié aux médecins généralistes.

Concernant la gestion de conflits, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles avait commencé à concevoir un module en 2022, avec un bénévole. Le premier jet d'un power point sur ce thème a été conçu en 2023 et quasi finalisé en 2024. Les ASBL souhaitent tester ce module auprès d'un échantillon de professionnels en 2025.

Concernant un module spécifique aux médecins généralistes, les ASBL ont à cœur que ce module soit le plus concret et adapté possible à ce public-là. Des contacts ont donc été pris, dans cet objectif avec l'ASBL Promotion Santé & Médecine Générale. En 2024, la collaboration avec PromoSanté & MG s'est poursuivie : une [fiche info](#) à destination des médecins traitants : ainsi qu'un [article](#) publié dans la revue de médecine générale ont été co-rédigés.

Sensibilisations pour les professionnels et étudiants du secteur social-santé

Les sensibilisations sont de plus courte durée que les formations. Elles se donnent sur 1 à 2 heures et permettent d'aborder en détails qui sont les aidants-proches ; quelques éléments supplémentaires sur le soutien et l'accompagnement aux aidants proches peuvent être intégrés à ces sensibilisations, même si ça ne remplace pas toute la richesse des formations. En 2024, l'ASBL a dispensé 25 sensibilisations à des professionnels ou étudiants du secteur social-santé. 13 sensibilisations ont été dispensées auprès d'étudiants :

- 3 à des étudiants tous profils
- 7 à des étudiants infirmiers
- 1 à des étudiants sages-femmes
- 1 à des étudiants kinés
- 1 à des étudiants psychologues

Plusieurs de ces sensibilisations se donneront à nouveau en 2025, les professeurs étant pleinement satisfaits de ces modules et trouvant cela utile pour leurs étudiants. Suite à ces sensibilisations, il arrive que les étudiants réalisent leur TFE sur ce sujet ou nous contactent parce qu'ils se rendent compte qu'ils sont concernés par cette thématique dans leur sphère privée.

Les 12 autres sensibilisations ont été dispensées à des professionnels de différents secteurs :

- 6 en maison médicale
- 3 à des travailleurs sociaux
- 1 auprès de psychologues / orthopédagogues
- 1 à un colloque
- 1 au sein d'un conseil consultatif communal.

D'autres demandes étaient arrivées à l'ASBL 2024 mais faute de temps et de moyens, les dates ont été fixées en 2025 pour effectivement donner ces sensibilisations.

Développement d'un axe prévention

La prévention des risques liés au rôle d'aidant proche est au cœur du travail de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles que ce soit à travers la ligne téléphonique, en sensibilisant les aidants proches à l'importance de prendre soin d'eux, ou à travers les sensibilisations et formations aux professionnels & étudiants du secteur social-santé ou encore au contact des politiques (à tous les niveaux de pouvoir).

Dans ce projet-ci, la prévention se travaille principalement à travers l'axe formations & sensibilisations. Le discours de l'ASBL est le suivant : soutenir les aidants proches en leur prêtant attention, en les informant, en reconnaissant leur rôle permet de prévenir les risques liés au rôle d'aidant proche. La prévention et la promotion en santé, au même titre que le soin / les traitements, font partie de notre rôle en tant que professionnel du secteur social-santé. L'aidant proche n'est pas le patient mais le prendre en considération permet d'éviter qu'il devienne un patient et permet que le patient actuel (= le proche aidé) soit bien accompagné. À travers nos formations et sensibilisations, nous encourageons également le partenariat entre professionnels et aidants proches en donnant quelques outils aux professionnels.

Travailler la prévention doit se faire à plusieurs niveaux et grâce à différents acteurs, notamment à l'annonce d'un diagnostic quel qu'il soit. C'est pour cette raison que l'ASBL souhaite collaborer avec des milieux hospitaliers pour que les soignants puissent mieux comprendre ce qu'est un aidant proche et leur apporter du soutien. En 2023, une belle opportunité s'est présentée à l'ASBL dans ce sens : des collaborations avec le HUB (= Hôpital Universitaire de Bruxelles comprenant 5 sites hospitaliers : Erasme, Huderf, Bordet, CGR et CTR) ont été entamées. En 2024, l'ASBL a donné 1 sensibilisation de 2 heures en collaboration avec l'ASBL Jeunes Aidants Proches (deux sensibilisations avaient déjà été données fin 2023). Les ASBL ont également travaillé en collaboration avec le HUB pour qu'une communication passe sur les écrans des hôpitaux dans les salles d'attente. Les ASBL ont tenu à ce que les coordonnées d'associations de soutien aux aidants proches sur les 3 régions apparaissent.

Travailler au thème de la post-aidance

En 2022, une réflexion a été entamée sur ce thème : de plus en plus de personnes nous contactent parce qu'elles ont été aidant-proche et qu'elles se posent des questions quant à l'après-aidance. L'année 2023 a permis d'entamer une recherche sur ce thème : est-ce qu'il existe des écrits sur ce

thème ? Est-ce que ce thème a déjà été travaillé en Belgique ou ailleurs ? Nous avons alors fait le constat que peu d'éléments existent à ce sujet.

Nous avons malgré tout proposé un groupe de parole aux aidants proches, dans le cadre des activités Entr'Aidants, à ce sujet. Sur base des quelques recherches menées sur ce sujet, nous avons construit un contenu que nous avons partagé avec les aidants proches présents. En 2024, ce thème a fait l'objet de deux groupes de soutien (l'un organisé par l'ASBL Aidants Proches Bruxelles et l'autre en collaboration avec psybru).

Pour permettre à ces « post-aidants proches » d'être soutenus, notre ligne d'écoute et d'informations leur reste accessible également.

Cela nous a permis de lancer le sujet, d'en parler, d'ouvrir un espace de parole sur ce thème et de le rendre visible davantage lorsque l'on va donner une sensibilisation à de professionnels ou des étudiants.

Construire avec et pour les aidants-proches

Ce projet est subsidié par la COCOM à hauteur de 30.000€. 5 axes de travail ont été déterminés pour ce projet :

- Recrutement et entretien des contacts avec des aidants proches ressources
- Mise en place de groupes de travail avec des aidants proches ressources
- Se former et s'informer (lectures, reportages, participations à des journées d'étude, etc.)
- Lobbying politique
- Ligne téléphonique de soutien aux professionnels & concertation externe.

Travail avec les aidants proches ressources

Les axes 1 et 2 seront rassemblés dans ce chapitre « travail avec les aidants proches ressources ».

Le partenariat avec les aidants proches est davantage une philosophie de travail qu'un projet. Dans le quotidien, nous souhaitons être sur le terrain afin d'entendre les aidants proches et tenter de répondre à leurs besoins à travers nos revendications politiques, nos contacts avec les professionnels et les activités que nous planifions pour les aidants proches. Cette écoute des difficultés et besoins des aidants proches se fait quotidiennement à travers la ligne téléphonique d'écoute et d'orientation ainsi qu'à travers des appels à témoignages envoyés spécifiquement à des aidants proches qui ont participé à nos activités.

Nous sommes en contact avec certains aidants proches de manière régulière, à leur initiative. Ils nous transmettent ainsi leurs difficultés quotidiennes dont nous prenons bonne note pour ensuite, porter des revendications politiques ou encore former des professionnels. Ce projet va plus loin qu'être à l'écoute des aidants quotidiennement puisqu'il implique d'organiser des rencontres et de travailler ensemble sur la thématique de soutien des aidants proches. Nous nommons ces personnes qui souhaitent s'impliquer davantage : les aidants proches ressources. En 2023, un travail de (re)prise de contact avec ces aidants proches a été réalisé et a permis à l'ASBL de lancer un premier groupe de travail en 2024. Ce groupe de travail s'est réuni à deux reprises et avait pour thème de travail : les formations données aux professionnels. Deux aidants proches ressources participent activement à ce groupe de travail. L'une d'entre elle a également participé activement à une journée de formation pour entendre comment le contenu est donné et entendre les questions des professionnels / étudiants présents. Elle a pu également partager son vécu à certains moments ce qui a été riche pour les participants de cette formation.

En parallèle de ce groupe, des aidants proches ressources ont été sollicités :

- Pour répondre à deux interviews : l'une pour RTL TVI et l'autre pour une parlementaire bruxelloise.
- Pour nous transmettre des témoignages concrets utilisés lors de sensibilisations / conférences.
- Pour établir un questionnaire destiné aux partis politiques

- Pour relire un cahier de revendications qui sera transmis au gouvernement bruxellois dès qu'il sera mis en place. Ce travail doit donc se poursuivre en 2025.

Se former et s'informer

Au sein de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles, nous avons à cœur de se former par rapport à diverses thématiques afin de porter les projets et de soutenir les aidants proches au mieux. En 2024, les salariés de l'asbl ont suivi 2 formations :

- Une formation sur la PNL comme outil de communication
- Une formation sur la recherche de fonds pour les asbl

Par ailleurs, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles consacre une partie de son temps de travail à s'informer via des participations à des séances d'informations, des journées du réseau, des lectures de revues scientifiques, de livres, le visionnage de films, documentaires, de témoignages ou autres. Il nous paraît primordial de nous tenir informées des nouvelles parutions et de construire notre travail quotidien en étant conscientes des réalités de terrain et avancées scientifiques.

L'asbl a également suivi 4 supervisions en 2024. Ces temps de pause et d'échanges avec un tiers sont un bon moyen d'accompagner l'équipe dans son quotidien. Ces moments ont permis d'être soutenues dans les situations plus difficiles, d'avoir une écoute neutre et également de se repositionner dans certaines situations. Elles permettent à l'équipe de se sentir mieux et elles seront poursuivies en 2025.

Pour finir, un temps de bilan a été pris fin 2024 : ce temps permet à la fois de regarder en arrière sur ce qui a été fait mais aussi de regarder vers l'avenir et les projets qui se poursuivent / construisent.

Lobbying politique

Grand questionnaire politique 2024

En 2023, les ASBL Aidants Proches Bruxelles, Aidants Proches Wallonie et Jeunes Aidants Proches ont co-rédigé un mémorandum politique rendu public le 21 juin 2023 et diffusé largement tout le reste de l'année 2023. Diverses rencontres avec des partis politiques et cabinets en ont lieu.

En 2024, les ASBL ont poursuivi ce travail politique par l'élaboration d'un grand questionnaire politique avec 36 demandes concrètes. Ce questionnaire a été élaboré par les 3 associations en concertation avec des aidants proches. Il a été envoyé aux 6 partis démocratiques francophones qui ont tous répondu. Les réponses ont été rendues publiques pour permettre aux aidants proches de voter en connaissance de cause.

À l'issue des élections, l'ASBL Aidants Proches Wallonie a rédigé un cahier de revendications concrètes basé sur le mémorandum politique 2023. Il a été utilisé pour rencontrer le gouvernement wallon. L'ASBL Aidants Proches Bruxelles s'inspirera de ce cahier de revendications pour en rédiger un avec des aidants proches ressources qui sera transmis au gouvernement bruxellois. Ce travail se fera en 2025.

Mobilité

L'ASBL s'est particulièrement penchée sur la question de la mobilité des aidants proches. En septembre 2023, Bruxelles Environnement a pris contact avec l'ASBL pour réfléchir à une potentielle dérogation pour les aidants proches concernant leur véhicule. Les contacts se sont poursuivis en 2024. Fin 2024, c'était officiel : les aidants proches reconnus avec octroi de droits sociaux pourront bénéficier d'une dérogation pour leur véhicule à partir du 1^{er} janvier 2025. L'ASBL s'est réjoui de cette nouvelle et l'a partagée sur ses différents réseaux. Toujours concernant la mobilité, l'ASBL s'est adressée à la STIB (et son service de taxibus) et Parking Brussels pour réfléchir à des pistes pour faciliter la vie des aidants proches face à ces deux services. Des contacts se poursuivront en 2025.

Les mutuelles

Début 2024, les ASBL Aidants Proches Bruxelles et Aidants Proches Wallonie ont repris contact avec les 5 mutuelles belges reconnues. 3 objectifs étaient poursuivis lors de ces rencontres :

- Poser des questions concrètes concernant la loi de reconnaissance des aidants proches
- Interroger les mutuelles quant à leurs éventuels projets de soutien aux aidants proches
- Partager les projets de nos ASBL.

Suite à ces rencontres, un tableau comparatif a été établi et est utilisé en interne.

En plus de ces contacts spécifiques, des liens sont entretenus régulièrement avec chacune des mutuelles.

Soutien téléphonique pour les professionnels

En 2024, 78 professionnels ont pris contact, soit par mail, soit par téléphone avec l'ASBL Aidants Proches Bruxelles. Tout le travail de réseautage de l'ASBL semble fonctionner et permet aux professionnels de mieux identifier notre ASBL.

Ci-dessous, un tableau reprenant les raisons des appels des professionnels. Un chiffre qu'il nous paraît important de mettre en avant est le nombre de contacts pris en vue de faire connaissance et/ou de collaborer : ce chiffre est le plus important et constitue environ plus d'un tiers de nos appels.

Objet des demandes



L'ASBL Aidants Proches Bruxelles a été fortement sollicitée cette année. Chaque semaine, plusieurs réunions de suivi, de rencontres, de réseau ont eu lieu.

L'ASBL a été sollicitée à 4 reprises dans le cadre de la rédaction d'un article ou reportage à propos des aidants proches :

- TFE médiatique d'étudiants de l'IHECS diffusé sur la RTBF
- Reportage sur RTL TVI.
- Interview accordée à un journaliste le Vif (article pas encore publié)
- Article diffusé dans un magazine publié par Continuing care

D'autres articles ou reportages ont été publiés au cours de l'année 2023 sur la thématique sans que l'ASBL Aidants Proches Bruxelles n'y ait forcément été associée (nos collègues de l'ASBL wallonne et des jeunes aidants proches ont aussi été sollicités ; des aidants proches ont été interviewés via l'ASBL, etc.). C'est positif de constater que le sujet des aidants proches est de plus en plus abordé.

Concertation externe

Le CAIDD : depuis septembre 2021, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a pris part au CAIDD qui est un comité d'accompagnement intersectoriel du double diagnostic. Ce comité se réunit tous les mois pour aborder les questions et difficultés liées au double diagnostic (handicap et santé mentale). L'ASBL Aidants Proches Bruxelles y participe occasionnellement afin de porter la voix des aidants proches parfois démunis face aux difficultés liées au double diagnostic d'un de leur proche (accompagnement non adapté ou inexistant, manque de place dans les institutions, manque de formation des professionnels sur cette thématique, etc.).

Brusano : nous sommes en lien avec ce partenaire de Bruxelles et participons activement au Comité de l'Action Régional ; etc. En 2024, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a également été sollicitée pour participer à un groupe de travail « Méthodes & Participation » dont l'objectif est de réfléchir à l'implication concrète des bénéficiaires dans les différents comités existants et activités proposées.

L'ASBL Télé-Secours est gestionnaire d'un système de télévigilance pour personnes dépendantes ou âgées. Elle rend son service de téléphonie disponible pour l'ASBL Aidants Proches Bruxelles en réceptionnant les appels des aidants proches et nous soutient dans notre activité. Notre ASBL y loue ses locaux.

Consortium MR(S) : Iriscare travaille depuis plusieurs mois à une réforme des lieux de vie (maison de repos et maison de repos & de soin) pour améliorer la qualité de vie des aînés et la qualité de vie des professionnels. Iriscare a mandaté la Fondation Roi Baudouin pour soutenir les institutions dans la mise en place de cette réforme. Dans ce cadre-là, la Fondation Roi Baudouin a mis en place un consortium avec différents acteurs liés aux MR(S). L'ASBL Aidants Proches Bruxelles y a été convié et a participé à 3 réunions en 2024. L'ASBL a également participé activement à l'une des journées d'échanges de pratiques. Elle y a animé un atelier à 3 reprises tout au long de la journée. L'atelier a eu beaucoup de succès : l'ASBL constate que la question des aidants proches en maisons de repos & maisons de repos et de soins est bien présentes et que les soignants sont très peu outillés pour y faire face. L'ASBL projette de travailler à ce thème spécifique en 2025.

Eurocarers rassemble différentes associations et universités (et des instituts de recherche) à travers l'Europe qui traite le sujet des aidants-proches. L'ASBL est affiliée à cette organisation depuis de nombreuses années.

Ergo Soins chez Soi est un réseau qui rassemble différents acteurs pour améliorer le soutien des personnes dépendantes à domicile. L'ASBL Aidants Proches Bruxelles est intégrée à ce réseau et participe aux réunions de suivi qui ont lieu 3 à 4 fois / an.

Chair Partenamut finance un projet de recherche sur les aidants proches qui se déroulera sur 4 ans. L'ULB et la VUB mèneront ce projet et sollicitent les ASBL Aidants Proches Bruxelles, Aidants Proches Wallonie et Jeunes Aidants Proches pour prendre part activement à cette recherche et accompagner les chercheurs dans ce projet. Une première rencontre a eu lieu en 2024. Ce projet se poursuivra jusqu'en 2028.

Soutenir ceux qui soutiennent

Ce projet est subsidié par la COCOF à hauteur de 27.000€. Il permet de travailler à 5 axes :

- Ligne d'écoute et d'orientation téléphonique pour les aidants-proches
- Activités Entr'aidants
- Accompagnement des étudiants
- Concertation interne

Ligne d'écoute et d'orientation téléphonique

L'ASBL Aidants Proches Bruxelles met à disposition des aidants proches une ligne téléphonique d'écoute et d'orientation. Les aidants proches peuvent donc nous contacter au 02/474.02.55. Nous collaborons avec l'ASBL Télé-Secours qui prend les messages des aidants proches 24h/24 7j/7 pour que nous puissions ensuite les rappeler. Nous tenons une base de données de ces contacts afin d'en assurer un suivi et une traçabilité. Ci-dessous, nous reprenons le nombre de contacts eu avec les aidants proches. Nous précisons si ces contacts ont eu lieu par téléphone, par mail, via les réseaux sociaux ou si la personne est venue spontanément sur place. Nous précisons quelle part des demandes est arrivée via des professionnels.

Mois	Nombre de contacts	Appels	Mails	Réseaux sociaux	Rdv sur place	Professionnel
Janvier	26	15	8	0	3	4/26
Février	28	16	11	0	1	5/28
Mars	30	21	9	0	0	6/30
Avril	32	21	11	0	0	4/30
Mai	26	20	6	0	0	7/26
Juin	20	14	5	0	1	2/20
Juillet	19	15	4	0	0	4/19
Août	23	15	8	0	0	3/23
Septembre	29	17	11	1	0	3/29
Octobre	30	21	8	1	0	3/30
Novembre	23	18	5	0	0	2/23
Décembre	15	13	2	0	0	0/15
Total	301	206	88	2	5	42/301

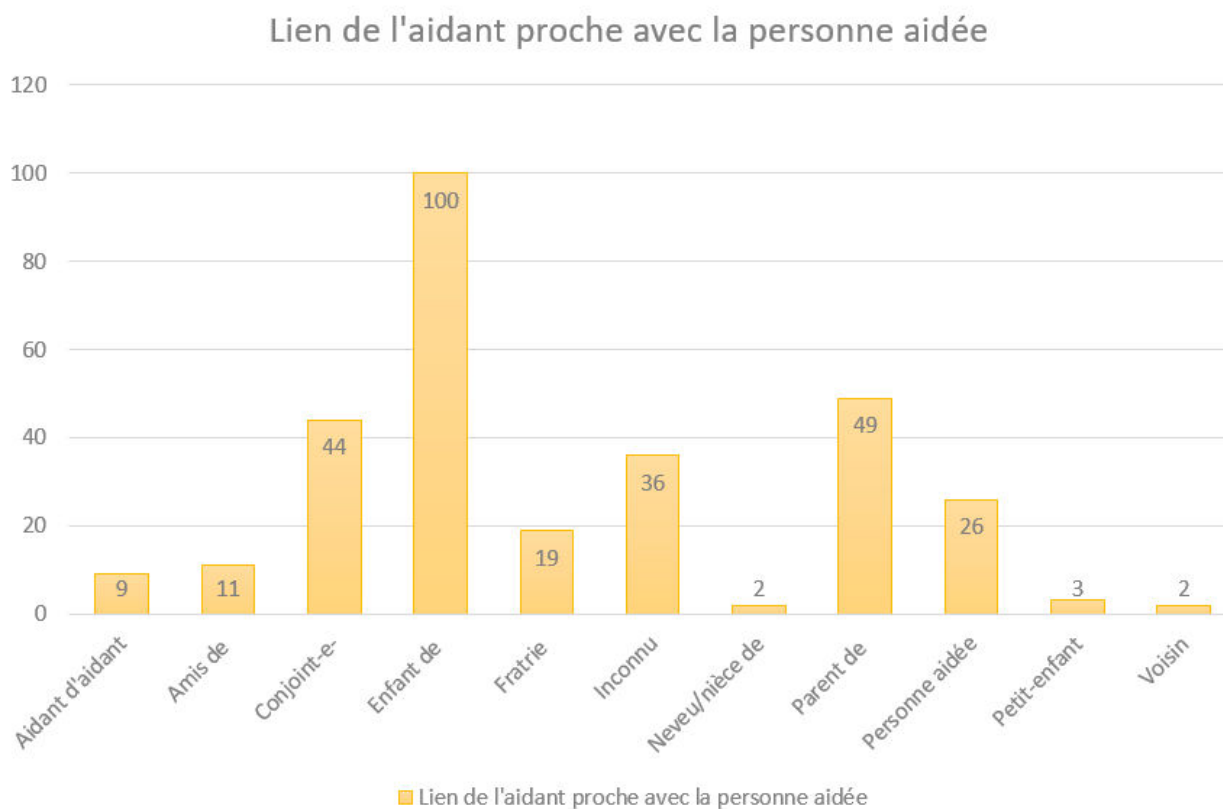
Quelques constats :

⇒ Parmi les aidants proches qui nous contactent par mail ou par téléphone, il arrive régulièrement que ces aidants proches aient reçu nos coordonnées par des professionnels. Nous constatons donc que la communication de l'ASBL ainsi que le travail de réseau ont un impact positif sur le nombre de contacts reçus au sein de l'ASBL.

- ⇒ 241 femmes aidantes proches ont sollicité l'ASBL contre 60 hommes aidants proches.
- ⇒ Le nombre de contacts semble constant d'année en année. Le nombre de total de contacts est quelques peu sous-estimés en ce sens que nous ne comptabilisons pas systématiquement les doubles, voire triples contacts avec certains aidants proches.
- ⇒ En 2024, 5 aidants proches sont venus spontanément ou ont pris rendez-vous pour venir rencontrer l'asbl au sein de ses locaux. De plus en plus d'aidants proches souhaitent une rencontre physique plutôt qu'un contact téléphonique. Malheureusement, l'asbl n'est pas en mesure de proposer spontanément cette possibilité aux aidants proches par manque de moyens financiers.

Quelques données supplémentaires sur nos contacts avec les aidants-proches :

Lien entre l'aidant proche et la personne aidée :



- ⇒ Certains aidants proches s'occupent de plusieurs personnes. Nous ne reprenons pas dans ces chiffres ces « doubles voire triples aidants ».
- ⇒ 1/3 des aidants proches qui nous contactent s'occupent d'un ou de ses deux parents. Il s'agit de la majorité de nos appels. Les parents de et les coinjoint.e.s sont les aidants proches qui nous appellent le plus après les enfants de.

Situation de la personne en perte d'autonomie :

Catégorie	Sous-catégories	Nombres de personnes concernées
Troubles neurologiques / neurodégénératives	Maladie d'Alzheimer	24
	Maladie de Parkinson	9
	Démence	9
	Epilepsie	1
	Maladies neurodégénératives diverses ²	5
Maladie chronique	Cancer	23
	Non-spécifié	6
	Sclérose en plaques	10
	Diabète	1
	Maladie cardiaque/pulmonaire	3
Situation de handicap	Autisme	15
	Handicap moteur ³	5
	Handicap visuel	3
	Handicap mental	4
	Handicap auditif	1
	Polyhandicap	1
	Trisomie	2
	Non-spécifié	34
Maladie mentale	Schizophrénie	4
	Troubles bipolaires	4
	Trouble psychique non spécifié	9
	TCA	2
	Addictions	1
AVC (ou apparenté)		10
Accident (de la route, au travail, séquelles liées à une opération)		1
Proche décédé		5
Vieillesse		41
Maladie rare		3
Maladies chroniques multiples		12
Double Diagnostic ⁴		3
Non-spécifié		61

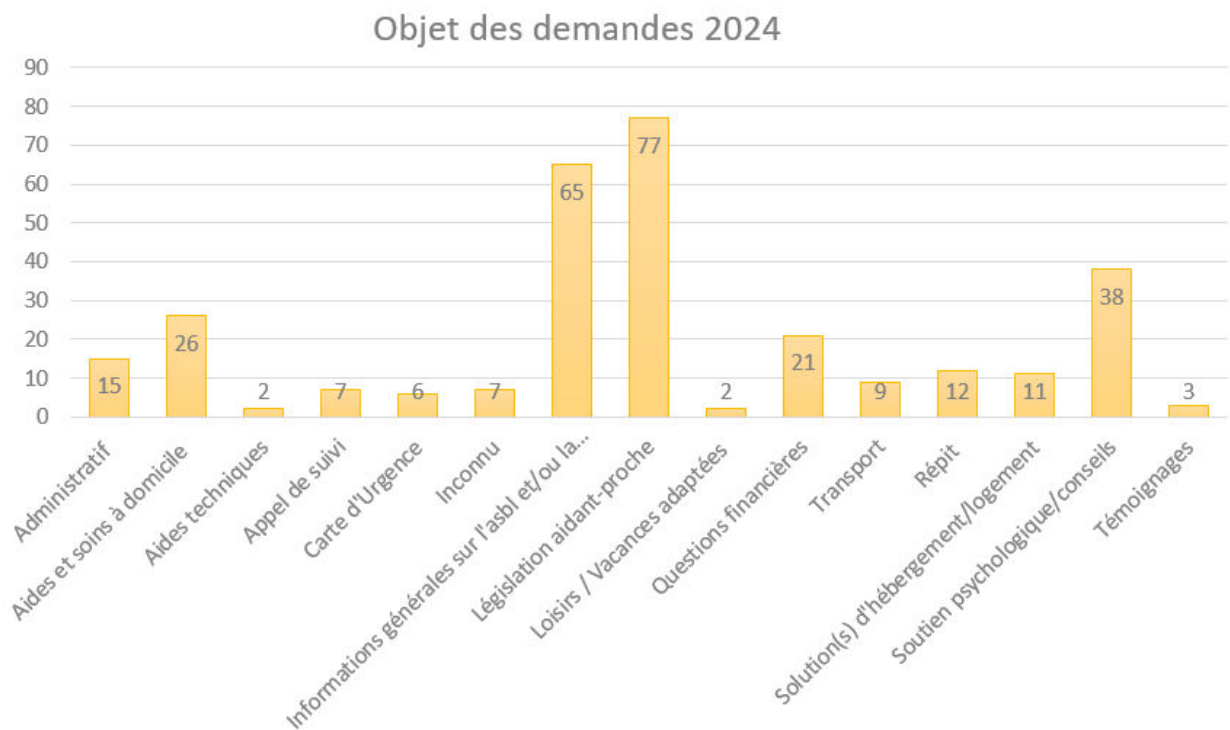
² Dont maladie à corps de Lewy

³ Dont paralysie et ostéoporose

⁴ Cela signifie que la personne aidée a reçu un diagnostic en santé mental ET souffre d'un handicap

- ⇒ Pour éviter d’avoir un tableau trop long avec les différentes maladies/situations de handicap possibles, nous les avons regroupées. Vous trouverez des notes en bas de page à ce propos.
- ⇒ Il y a un certain nombre « d’inconnus ». En effet, les aidants proches ne détaillent pas toujours leur situation ou souhaitent rester vague. Ce qui est important pour l’ASBL, c’est de répondre à leur demande tout en respectant cette volonté.
- ⇒ Nous constatons que la vieillesse est la situation de perte d’autonomie la plus souvent évoquée, suivi par une situation de handicap, la maladie d’Alzheimer et le cancer.
- ⇒ Il y a plus de pathologies / handicaps répertoriés que du nombre d’aidants proches qui nous contactent parce que certains d’entre eux sont des doubles, voire des triples aidants.

Objet des demandes :



- ⇒ Environ 1/4 des aidants proches nous ont contactés à propos de la loi de reconnaissance des aidants proches ou pour obtenir des informations générales. Nous pouvons donc penser que de plus en plus d’aidants proches se sentent concernés par cette législation et ressentent un besoin de reconnaissance ainsi que de soutien.
- ⇒ Ensuite, les deux demandes qui reviennent le plus souvent sont des demandes de conseils / soutien psychologique ou d’aides & de soins à domicile. Un appel ciblé sur une demande concrète (ex : transport) peut parfois mener à un échange téléphonique plus long au cours duquel un aidant proche peut exprimer une fatigue, un épuisement, un besoin de soutien psychologique.

⇒ Les questions financières reviennent aussi de plus en plus régulièrement. Parmi les demandes d'aides/soutiens financiers, plusieurs aidants proches ont mis en avant les difficultés financières liées à la double peine. Plusieurs aidants proches sont confrontés à la nécessité de réduire leur temps de travail, voire d'arrêter de travailler, de payer certains frais liés à la perte d'autonomie (médicaments, aides à domicile, suivis professionnels, etc.) sans avoir de compensation ou de facilités liés à leur rôle d'aidant.

Activités Entr'Aidants

Depuis 2022, l'ASBL Aidants Proches Bruxelles propose des activités aux aidants-proches avec un double objectif :

- Offrir des temps de pause / de répit et de rencontre aux aidants proches.
- Rester en lien avec le terrain et être à l'écoute des besoins des aidants proches. La dynamique qui se construit en groupe et en présentiel est complètement différente de celle de la ligne d'écoute téléphonique ce qui permet d'entendre d'autres besoins / d'autres difficultés.

En 2024, l'ASBL a proposé, en moyenne une activité par mois, soit 12 activités réparties de janvier à décembre 2024 (en dehors des mois d'été, juillet-août). 5 types d'activités ont été proposées : des journées répit, des cafés Entr'Aidants (= des groupes de soutien), des ateliers à thème, des journées portes ouvertes et des sessions d'informations.



Entr'Aidants
aidants PROCHES
Bruxelles

Programme 2024

- 29 janvier à 9h30 : **Petit-déjeuner** Entr'Aidants
- 20 février à 19h : **séance d'informations** sur la loi de reconnaissance des aidants-proches en ligne
- 23 Mars de 9h à 15h30 : **Journée répit** en collaboration avec la Casa Clara
- 19 avril à 13h : **Rencontre Entr'Aidants**. Thème : les objets connectés
- 28 Mai de 9h à 15h30 : **Journée répit** en collaboration avec la Casa Clara
- 27 juin à 18h : **Rencontre Entr'Aidants**. Thème : droits des aidants-proches

2€ pour les rencontres et 20€ pour les journées répit
Informations et inscription : 02/474.02.55

Si besoin de relais pour votre proche, nous pouvons vous informer sur les solutions existantes.



ACTIVITÉS ENTR'AIDANTS
SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2024

- 09 septembre - 18h à 20h**
Ma rentrée en tant qu'aidant proche
Prévenir l'épuisement
- 10 octobre - 14h à 16h**
Prendre soin de soi
Découvrez les fleurs de Bach
- 05 novembre - 9h - 15h30**
Journée répit avec la Casa Clara
- 19 novembre - 18h à 20h**
La post-aidance
Penser à l'après "aidant proche"
- 27 novembre**
Portes ouvertes
Les hivernales de l'aidance
- 12 décembre - 14h à 16h**
Mieux communiquer avec son proche

2€ / personne / activité (sauf les portes ouvertes)
20€ pour les journées répit

Infos et inscription (obligatoire) au 02/474.02.55

SI BESOIN DE RELAIS POUR VOTRE PROCHE,
APPELÉZ NOUS POUR Y RÉFLÉCHIR

Au total, 14 aidants proches ont participé aux cafés (20 aidants proches étaient inscrits) ; 14 aidants proches ont participé aux journées répit (17 aidants proches étaient inscrits) et 13 aidants proches ont participé aux séances d'informations (33 aidants proches étaient inscrits). Il arrive régulièrement que les aidants proches annulent leur participation, ce qui reflète la réalité de ceux-ci : faire face et gérer les imprévus. Il est arrivé aussi que des aidants proches choisissent ce temps pour fixer un rendez-vous pour leur proche en faisant donc passer leur bien-être et besoin de répit à la trappe. Deux activités ont dû être annulées par manque de participants. Nous constatons que les activités en fin d'année (novembre – décembre) ont moins de succès. Les journées répit sont organisées avec la Casa Clara. La session d'information a été organisée avec l'ASBL Aidants Proches en Wallonie.



La journée du 27 novembre est une activité collective, co-organisée avec les acteurs de la maison de l'aidance : les ASBL Jeunes & Aidants Proches (et son équipe mobile), la Casa Clara, FratriHa et SAM le Réseau des Aidants. La journée était ouverte tant aux jeunes qu'aux adultes aidants-proches : une Saint-Nicolas était organisée pour les plus jeunes (22 jeunes aidants proches y ont participé), un goûter était ouvert à tous et des massages étaient accessibles sur inscription aux adultes (les 8 plages horaires étaient complètes). Des institutions membres du réseau Bruxelles Région Aidante étaient également présentes pour tenir des stands. Ce fût le cas du Centre Familial de Bruxelles, de Gammes, de la Villa Indigo, de Samen Toujours, de l'ASD, d'Attol et de Dionysos. La journée était riche en rencontres, en discussions et pleine de vie.

Aidants Proches – Bruxelles ASBL - Boulevard de Smet de Naeyer, 570 à 1020 Laeken – Tél : 02/474.02.55
Courriel : info@aidantsproches.brussels – N° entreprise : 0632653202 – N° de compte : BE17 3631 5098 8321



GROUPES DE SOUTIEN POUR AIDANTS PROCHES



Vous aidez un proche malade, âgé, et/ou en situation de handicap au quotidien?
Vous souhaitez en parler et être soutenu.e par rapport à votre vécu?
Vous vous sentez seul.e., déprimé.e, anxieux.se face à cette situation ?

Venez partager votre vécu au groupe de soutien psychosocial pour aidants proches, poser vos questions et réfléchir ensemble aux pistes de solutions. Pour vous écouter, guider et conseiller, une psychologue et l'ASBL Aidants Proches Bruxelles vous proposent 4 thématiques de réflexion.

CYCLE DE 4 ATELIERS

- Samedi 14 septembre 10h30 à 12h30 / Prendre soin de soi
- Lundi 14 octobre de 14h00 à 16h00 / Mettre ses limites
- Samedi 9 novembre de 10h30 à 12h30 / Post-aidance
- Lundi 2 décembre de 14h00 à 16h00 / Mieux communiquer



Centre de jour - Résidence TAMARIS
Avenue Léon Grosjean, 79
1140 Evere

TARIF
2,50 EUR
PAR ATELIER

Minimum 4 - Maximum 10 participants
Réservation obligatoire

Les intervenants



Sophie Szynal
Psychologue clinicienne

INFO ET RESERVATIONS

0487/33 74 52 (SMS uniquement) ou sophie.szynal@gmail.com

En 2024, une nouvelle collaboration a vu le jour avec Psybru afin de multiplier les activités Entr'Aidants dans d'autres communes bruxelloises. Un premier cycle a donc été lancé à Evere, grâce à la location à titre gracieux d'un local de la Résidence Les Tamaris. 4 groupes de soutien ont eu lieu et 11 aidants proches ont participé (dont plusieurs à l'entièreté du cycle). Vu le succès de ce premier cycle, la collaboration avec Psybru sera renouvelée en 2025.

Accompagnement des étudiants

21 étudiants ont pris contact avec l'ASBL Aidants Proches Bruxelles soit par téléphone, soit par mail. Parmi ces étudiants :

- 12 d'entre eux souhaitaient obtenir l'expertise de l'ASBL à travers un entretien.
- 1 d'entre eux souhaitaient une diffusion de questionnaire à destination des aidants proches sur les réseaux sociaux de l'ASBL.
- 3 d'entre eux souhaitaient qu'un appel à témoignage/participation à destination des aidants soit publié sur les réseaux sociaux de l'ASBL.
- 2 d'entre eux souhaitaient réaliser un stage au sein de l'ASBL et 3 souhaitaient que l'ASBL les accompagne pour leur TFE. Deux TFE ont finalement été accompagnés au cours de l'année 2024 (l'ASBL a alors fait partie du jury d'évaluation).

Aidants Proches – Bruxelles ASBL - Boulevard de Smet de Naeyer, 570 à 1020 Laeken – Tél : 02/474.02.55
Courriel : info@aidantsproches.brussels – N° entreprise : 0632653202 – N° de compte : BE17 3631 5098 8321

Un groupe d'étudiants nous avait déjà contacté en 2022 : ils ont réalisé un mémoire médiatique sur la thématique des aidants-proches, nous avaient questionné sur le sujet en 2022 et sont venus filmer l'ASBL en 2023. En 2024, l'ASBL a été conviée à l'avant-première de leur mémoire médiatique qui a ensuite été racheté par la chaîne télévisée RTBF et diffusé dans le magazine Investigation. Une belle reconnaissance du travail de ces étudiants qui ont mis la lumière sur des réalités d'aidants proches souvent méconnues.

Concertation interne

Notre association se construit et se nourrit de ses associations sœurs. Nous travaillons donc en bonne entente avec :

- L'ASBL Aidants Proches Wallonie
- L'ASBL Jeunes & Aidants Proches et son Equipe Mobile Prévention Soutien Aidance
- Le Réseau SAM
- La Casa Clara et FratriHa

ASBL Aidants Proches Wallonie : l'ASBL Aidants Proches Bruxelles est l'initiative, entre autres, de l'ASBL Aidants Proches Wallonie. Depuis sa création en 2015, un travail en étroite collaboration avec les collègues wallons se fait. Cette année, nous avons :

- Échangé autour de situations d'aidants proches pour faire des relais.
- Collaboré à la confection et l'envoi des cartes d'urgence⁵ aux aidants proches bruxellois. Les aidants proches peuvent remplir la demande de carte d'urgence sur le site <https://www.aidantsproches.brussels> et Aidants Proches Wallonie les imprime et les envoie. En 2024, 25 cartes d'urgence, en deux exemplaires, ont été envoyées à des aidants proches bruxellois.
- Collaboré au lobbying politique qui a suivi la rédaction et diffusion du mémorandum sur les aidants-proches.
- Collaboré concernant la Semaine des Aidants Proches : Aidants Proches Wallonie est responsable de la communication et de l'organisation de cet événement. Nous sommes présents en support et faisons le relais avec les prestataires bruxellois.
- Collaboré autour des formations aux professionnels pour concevoir les différents supports et se répartir les différentes demandes de formation. En 2023, nous avons commencé à imaginer le service formation & sensibilisation comme étant un service commun aux deux associations. Nous co-animons les formations, répartissons la charge administrative que représente ce volet, travaillons ensemble au contenu. Aidants Proches Bruxelles gère la conception des supports et l'aspect administratif de ce service en bonne collaboration avec l'ASBL Aidants Proches Wallonie. En moyenne, une réunion de travail a été organisée tous les 2 mois.
- Échangé régulièrement pour nous tenir au courant des projets et réalités de chacune des ASBL pendant l'année.

⁵ La carte d'urgence existe en deux formats : pour l'aidant proche et pour la personne aidée. Cette carte permet à ces deux personnes, si elles sont inconscientes (chute, malaise, etc.) d'être identifiée(s) rapidement comme « aidant proche » ou « personne aidée » et d'appeler les personnes de contact indiquées sur la carte d'urgence.

- Été intégrées au conseil d'administration de l'ASBL Aidants Proches Wallonie pour que les actions soient davantage encore concertées. Cette intégration a pris cours en novembre. L'ASBL Aidants Proches Bruxelles a donc participé à 2 CA en 2024.

Nous pensons qu'il est essentiel de rester en contact et de collaborer avec l'ASBL Aidants Proches Wallonie pour sensibiliser, informer et soutenir d'une même voix les aidants proches, les professionnels, les politiques et le grand public. La collaboration ne cesse de se renforcer au fur et à mesure des années.

Jeunes & Aidants Proches est une ASBL sœur à la nôtre. Leur public cible sont les jeunes aidants proches (enfants, adolescents et jeunes adultes jusqu'à 25 ans). Nous sommes régulièrement en contact pour :

- Echanger concernant des situations d'aide communes : nous faisons des relais ou nous sommes disponibles ensemble pour les familles.
- Développer les différents projets des ASBL dont le réseau Bruxelles Région Aidante, la Journée des Aidants Proches et les Hivernales de l'Aidance (cf. plus haut).
- Nous tenir au courant des contacts et activités quotidiennes des ASBL.
- Contacter ensemble les différents prestataires du réseau bruxellois qui sont concernés tant par des situations d'aide « adultes » que des situations d'aide « enfants » ou « adolescents » telles que les communes bruxelloises.

Les contacts avec l'asbl Jeunes & Aidants Proches tendent à se renforcer via les différentes réunions de coordinations et différents projets qui seront portés de manière commune (avec l'asbl Aidants Proches Wallonie). L'asbl Aidants Proches Bruxelles a également renforcé ses liens avec l'Equipe Mobile Prévention Soutien Aidance. Régulièrement, nous faisons relais de situations d'aidants proches qui pourraient être accompagnées par cette équipe. Ils sont également systématiquement conviés aux plateformes (dans le cadre du projet Bruxelles Région Aidante).

SAM le Réseau des Aidants a été créé au sein de l'ASBL Aidants Proches Bruxelles pour ensuite prendre son indépendance. Depuis, nous restons en contact et continuons à collaborer pour fournir aux aidants proches des informations claires et complètes. Régulièrement, nous renvoyons les aidants proches vers l'outil SAM pour qu'ils puissent trouver des informations correspondantes à leurs besoins. Il nous arrive également de, nous-mêmes, utiliser l'outil pour rechercher l'un ou l'autre prestataire. Outre cette collaboration quotidienne, nous avons fait appel à SAM le Réseau des Aidants comme soutien logistique lors des Hivernales de l'Aidance.

Maison de l'aide : à côté de nos locaux se trouve la maison de l'aide qui se veut être un lieu d'accueil, de soutien et d'activités pour les aidants proches et jeunes aidants proches. Plusieurs ASBL utilisent cette maison : Jeunes & Aidants Proches, Aidants Proches Bruxelles, la Casa Clara et FratriHa. En 2024, deux activités ont été co-organisées par ces ASBL : le 21 juin ainsi que les Hivernales de l'aide (cf. plus haut). De plus en plus de rencontres avec des professionnels se font à cet endroit. Cette maison est le lieu d'activité des asbl et est de plus en plus utilisé.

Réunions de coordination : l'ASBL Aidants Proches Bruxelles a à cœur de travailler en collaboration avec les asbl sœurs autour de la thématique des aidants proches. À cette fin, des réunions de coordination ont lieu chaque mois et réunit les ASBL Aidants Proches, Aidants Proches Bruxelles et Jeunes & Aidants Proches (dont l'Equipe Mobile Prévention Soutien Aidance). Ces réunions permettent de s'accorder sur des projets, de prendre des décisions communes et de construire une vision commune de soutien aux aidants-proches tant à court-terme qu'à long terme.

Bruxelles Région Aidante

Bruxelles Région Aidante est un projet financé par la COCOF, via un agrément réseau à hauteur de 38.000€ (indexé chaque année). Ce projet permet de travailler à 4 axes :

- Constituer un réseau
- Travailler avec les communes
- Rencontrer le monde du travail
- Communiquer autour du projet



Bruxelles Région Aidante est un projet porté par l'ASBL Aidants Proches Bruxelles en collaboration avec l'ASBL Jeunes & Aidants Proches, SAM le Réseau des Aidants, la Braise, le Centre Familial de Bruxelles et la Plateforme Bruxelloise en Santé Mentale.

Ce projet tente de répondre à deux objectifs généraux :

- Rassembler des professionnels autour de la thématique de l'aide en créant un réseau.
- Améliorer les soutiens disponibles à Bruxelles pour les aidants proches et jeunes aidants proches.

Pour remplir ces deux objectifs, le projet se concentre sur les 4 axes repris ci-dessus. Pour construire ce projet, deux comités de pilotage ont été organisés avec les membres fondateurs du projet. En 2024, la maison médicale Calendula a rejoint le réseau pour répondre aux exigences du renouvellement de l'agrément et intégrer un acteur « santé » au comité de pilotage.

Constituer un réseau

En 2024, nous avons continué à constituer notre réseau.

Pour ce faire, nous organisons mensuellement des rencontres d'informations où tout professionnel / toute institution du secteur social-santé est le bienvenu. En 2024, 10 séances d'informations ont été organisées. Elles se déroulent toujours de la même manière : un temps de présentation de la thématique des aidants-proches et l'ASBL puis un temps d'échange avec les participants. 42 professionnels / institutions ont participé à ces séances (73 personnes y étaient inscrites). Fin 2024, nous comptons 156 professionnels inscrits au réseau Bruxelles Région Aidante. Parfois, il s'agit de plusieurs partenaires d'une seule institution. Suite aux élections communales, nous avons reçu plusieurs retours de mail, le nombre d'acteurs inscrits au réseau est donc plus faible qu'en 2023 malgré que plusieurs acteurs l'aient intégré au cours de l'année.

Pour entretenir les contacts avec les membres du réseau Bruxelles Région Aidante, nous organisons des plateformes. Le but de ces plateformes est de réunir les membres de notre réseau pour discuter de différentes thématiques liées à l'aide. Deux plateformes ont été organisées : l'une en mars

pour se rencontrer et échanges autour des façons concrètes de fonctionner des institutions présentes et l'autre en septembre pour parler de la question des jeunes aidants proches en cas d'hospitalisation d'un membre de la famille (les comptes-rendus de ces rencontres sont disponibles sur demande). Les Hivernales de l'aidance (autre subsidé COCOF), organisée le 27 novembre, nous ont permis de convier les membres du réseau (7 membres ont participé) pour venir rencontrer les aidants proches présents.

Travailler avec les communes

Une autre initiative menée dans le cadre de ce réseau, est de créer des contacts et des collaborations avec chaque commune bruxelloise. Nous constatons à l'ASBL qu'avoir des ancrages locaux pour les aidants proches est important. Les aidants proches n'ont pas toujours la possibilité de se déplacer trop loin du domicile (personne aidée très dépendante, aidant proche non véhiculé, etc.). De plus, chaque commune a ses spécificités, ses services et associations et nous semble être un bon interlocuteur, qui connaît son territoire, pour orienter du mieux possible un aidant proche en recherche de soutien. L'objectif des contacts avec les communes est d'analyser la situation des aidants proches sur la commune pour construire ensemble des soutiens (groupes de paroles, aide financière, référent communal, etc.). En 2021, des contacts avaient été pris avec quatre communes : Woluwe-Saint-Pierre, Uccle, Woluwe-Saint-Lambert et Schaerbeek. En 2022, deux autres communes sont également actives dans le soutien aux aidants proches : la commune d'Etterbeek et la Ville de Bruxelles. 3 nouvelles communes ont également été rencontrées : Forest, Jette et Berchem-Saint-Agathe. En 2023, deux nouvelles communes et un CPAS ont été rencontrés : les communes de Saint-Josse et Molenbeek-Saint-Jean ainsi que le CPAS de Watermael-Boitsfort. En 2024, deux nouvelles communes ont été rencontrées : Ixelles et Anderlecht. Les contacts avec la commune d'Anderlecht ont été fructueux et ont permis d'envisager l'ouverture d'un espace répit sur le territoire communal à l'horizon 2025. À Ixelles également, la commune a intégré l'ASBL Aidants Proches Bruxelles à un événement annuel qui s'est déroulé pendant la Semaine des Aidants Proches (Cf. Subsidé Iriscare 15.000€).

Le travail entamé avec des communes bruxelloises les années précédentes se poursuit d'année en année. Un article sur le site de l'ASBL existe et fait le point sur les différents soutiens locaux existants : <https://www.aidantsproches.brussels/espace-media/soutiens-aux-aidants-proches-via-les-communes-bruxelloises/>.

En 2025, l'ASBL repartira à zéro en quelque sorte suite aux élections communales et réfléchira à comment reprendre contact avec les différentes communes déjà rencontrées les années précédentes.

Rencontrer le monde du travail

L'une des missions du projet Bruxelles Région Aidante est également de prendre contact avec le monde du travail. Parmi les aidants proches en activité professionnelle, certains témoignent de difficultés pour garder un équilibre entre leur travail et leur rôle d'aidant. L'objectif est donc de voir comment cela se passe avec et pour les aidants proches en entreprise et de sensibiliser les employeurs et les employés sur ce thème. En 2024, l'asbl a gardé cette thématique en tête sans

avoir pu y travailler énormément. Ce projet nécessite du temps et cela reste compliqué actuellement de l'intégrer dans l'emploi du temps de l'équipe. Cette vigilance concernant cet équilibre est souvent abordée via la ligne téléphonique auprès des aidants-proches ou des professionnels, ce thème reste donc bien présent dans l'esprit des salariées. En concertation avec le comité de pilotage, la décision a été prise de solliciter le ministre de l'emploi bruxellois pour demander un subside spécifique à cette action.

Communiquer autour du projet

Au-delà de rassembler des professionnels autour de la thématique de l'aide et de permettre un échange de bonnes pratiques, nous souhaitons également transmettre les informations reçues et échangées auprès de toutes les personnes concernées (aidants proches, personnes en perte d'autonomie, professionnels, etc.). Pour ce faire, nous utilisons plusieurs canaux :

- Notre page Facebook : <https://www.facebook.com/AidantsProchesBXL> où nous publions des informations sur les membres du réseau Bruxelles Région Aidante afin d'informer les abonnés de la page sur les actions des différents services existants à Bruxelles. Ces informations sont directement obtenues auprès des membres du réseau qui sont systématiquement contactés lors de la rédaction d'une newsletter afin d'intégrer les informations du réseau.
- Une page dédiée sur le site du Réseau SAM : <https://www.reseau-sam.be/fr/reseaux-de-prestataires/aidants-proches-bruxelles> où nous mettons en avant les actions et coordonnées des différents services et professionnels membres du réseau.
- Une newsletter régulière à travers laquelle nous indiquons les actualités de l'ASBL et des membres du réseau qui mettent en place des actions pour les aidants proches.

À travers ces trois canaux, nous souhaitons faire circuler l'information.

MERCI !

Notre action de soutien des aidants proches est permise grâce aux subventionnements reçus de la Cocom, d'Iriscare et de la Cocof

Depuis plusieurs années, et cette année en 2024 encore, plusieurs pouvoirs subsidiaires nous soutiennent :

- La COCOF pour une partie de notre budget de fonctionnement ainsi que le projet Bruxelles Région Aidante
- La COCOM pour notre projet d'intégration des aidants-proches dans le quotidien de l'asbl
- Iriscare pour une partie de notre budget de fonctionnement ainsi que la sensibilisation des différents acteurs concernés.

Toutes nos actions ne seraient pas possibles sans votre soutien. Nous vous en sommes reconnaissants !



COMMISSION COMMUNAUTAIRE COMMUNE



Iriscare

Soutenir l'ASBL

Il est possible de soutenir l'ASBL par différents moyens :

- En s'abonnant à la newsletter : [Se rendre sur le site internet d'Aidants Proches et s'inscrire à la newsletter.](#)
- En rejoignant notre page [Facebook](#) et/ou [Linkedin](#) pour suivre nos activités.
- En nous contactant pour nous partager vos besoins, vos expériences, vos idées, vos projets, vos compétences.
- En faisant un don à l'ASBL Aidants Proches Bruxelles : Par virement bancaire, sur notre compte :
IBAN : BE17 3631 5098 8321
BIC : BBREBEBB (pour les dons venant de l'étranger)

L'agrément de déduction fiscale nous a été attribué !

Tout don de 40 € (au moins) vous permet désormais de bénéficier d'un avantage fiscal.

ASBL Aidants Proches Bruxelles

Bld. De Smet de Naeyer 570 – 1020 Bruxelles

Téléphone : 02/474.02.55

Mail : info@aidantsproches.brussels

Site internet : <https://www.aidantsproches.brussels/>

Facebook : <https://www.facebook.com/AidantsProchesBXL>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/aidants-proches-bruxelles-asbl>

