L'invité

« Je ne suis pas juste celui qui aide »

L'action sociale de la SNCF mène tout au long de l'année une politique active auprès de ses salariés aidants. Orientation, aide financière, ligne d'écoute, réseau de pairs-aidants, relayage, accompagnement au deuil, … en sont quelques exemples. C'est dans ce cadre que des séjours de répit sont proposés dans deux établissements : Les dunes à Saint-Jacut-de-la-Mer et La Gorguette à Sanary-sur-Mer. Nous avons rencontré Anne-Sandrine Bideau, responsable de l'établissement de répit Les dunes. Elle nous partage son expérience.

101 : Que propose votre établissement ?
Anne-Sandrine Bideau : Nos séjours thématiques permettent aux salariés aidants de s'extraire du quotidien, de faire une pause dans un lieu adapté, de prendre du recul et du répit et aussi d'échanger avec d'autres aidants. Et tout ceci avec la prise en charge d'une équipe pluridisciplinaire - éducateurs spécialisés, assistantes sociales, conseillères en économie sociale et familiale, psychologues, animateurs, intervenants extérieurs…
Des activités sont proposées dans un cadre agréable en bord de mer :
• des temps d'écoute, d'expression et de partage,
• des ateliers de bien-être et de détente,
• des sorties et des animations,
• des activités pour les enfants.
L'objectif est de se détendre, se ressourcer, exprimer ses questions et ses préoccupations, créer des liens, partager son vécu et bénéficier d'un accompagnement personnalisé.
Les différentes thématiques abordées peuvent être « Famille et handicap », « Aidants-aidés », « Sur le chemin du deuil, redonner des couleurs à la vie », ...

101 : Qui est concerné ?
ASB : Tout salarié ou retraité ressortissant de la SNCF en situation d'aidant d'un proche malade, porteur de handicap ou dépendant mais aussi tout aidant d'un salarié SNCF. Il peut venir seul, avec ou sans la personne accompagnée, en couple ou en famille. Le coût du séjour est calculé en fonction de ses ressources.

101 : Quelle particularité avez-vous remarqué dans l'accueil des proches aidants ?
ASB : Les aidants sont un public difficile à toucher. Ils hésitent souvent à venir. Ils sont épuisés et ont dû déployer beaucoup d'énergie pour se déplacer, en dépit du besoin ou de l'envie de répit. L'aidé, quant à lui, se dit parfois qu'il aurait préféré rester chez lui. Ce n'est pas simple et le temps est court pour les « retaper », on ne doit pas se louper !

101 : Quelle est votre « méthode » ?
ASB : Nous sommes une vingtaine de salariés et l'équipe est incroyable par son engagement et sa disponibilité. Le personnel recueille des choses lourdes et ce, quel que soit son métier. Ma tâche est donc de l'accompagner et d'être vigilante à la vie de l'équipe, à la soutenir au mieux à travers de l'analyse de pratique, des séances bien-être…. Si le personnel va bien, il sera en capacité d'offrir du répit

Interne

de qualité. C'est plus facile d'être dans le don de cette façon. Nous avons tous le même objectif et c'est ce qui nous anime : accompagner au mieux.

101 : Et à destination des proches aidants ?
ASB : Nous pouvons accueillir jusqu'à 51 personnes dans l'établissement, mais les séjours aidants/aidés ne dépassent pas 25 inscrits, pour rester à taille humaine. Chacun est pris en compte dans son individualité. On organise des moments en commun mais aussi individuels et des temps de sortie. Nous scindons les groupes pour créer des moments spécifiques en fonction des profils pour favoriser l'échange. Ainsi, ils s'autorisent à lâcher, à rire, à laisser leur aidé.
Pour les personnes que nous accueillons en fin de vie, il s'agit de la dernière parenthèse heureuse qui leur permet de partir sereines.
C'est aussi un lieu intergénérationnel, les plus âgés sont attentifs aux plus jeunes. Ils sont disponibles pour recevoir et donner de l'attention aux autres.

101 : Qu'est-ce qui vous anime au quotidien ?
ASB : Les moments collectifs où les personnes ne sont plus des aidants ou des aidés mais redeviennent des individus à part entière dans un groupe. On leur redonne une valeur. Notre philosophie est, entre autre, de redonner une existence sociale. Et ça c'est possible grâce la force du groupe conjuguée à la motivation de l'équipe, le savoir-faire des travailleurs sociaux et l'envie de tous. Le cadre face à la mer y participe aussi, il est propice au répit.
Lorsque tous ces ingrédients sont réunis, se produit la magie… cette petite chose en plus qui fait que le groupe devient une richesse… C'est le secret pour l'amener ~~le groupe~~ à une dynamique positive. C'est comme une recette de cuisine : il faut un peu de tout et de tout le monde pour qu'elle soit une réussite !
Ce sont ces moments forts qui donnent du sens à notre travail et maintiennent allumée la flamme

L'info en + : Proposer ces séjours de répit témoigne de l'attention portée par la SNCF au mieux-être de ses salariés aidants. Ces initiatives ont permis à la SNCF d'obtenir le label Cap'handéo « Entreprise engagée auprès de ses salariés aidants » en octobre 2023."

Interne