

# RAPPORT D'ÉVALUATION



**Coeur À Coeur**

**Journée de bien-être et de détente pour les aidants**  
2ème édition 2025

**31 mars 2025**  
**9h à 17h**  
**Salle Saint-Joseph**  
29 rue Saint-Joseph  
Colmar



Écriture  
Qi gong  
Sophrologie  
Réflexologie  
Socio-esthétique  
Modelage de la terre



**Possibilité d'accompagnement du proche sur place**

**Rédacteurs** : Etudiants de 1<sup>ère</sup> année de BTS Economie Sociale Familiale avec la collaboration de leur professeure : Amélie Quintana et avec les informations des protagonistes du projet et des participants.

## **SOMMAIRE**

<b><u>I. PRESENTATION GENERALE DU PROJET</u></b>	<b>pages 1-9</b>
<b><u>II. MODALITES DE MISE EN ŒUVRE DE L’EVALUATION</u></b>	<b>page 9</b>
<b><u>III. BILAN DE LA JOURNEE</u></b>	<b>pages 10-17</b>
<b><u>IV. ACTIONS DE COMMUNICATION ET VALORISATION DU PROJET</u></b>	<b>page 17</b>
<b><u>V. CONCLUSION : SYNTHESE ET PERSPECTIVES APRES-PROJET</u></b>	<b>page 18</b>
<b><u>VI. ANNEXES</u></b>	<b>page 20-54</b>

**Annexe 1 – Résultats de l’enquête**

**Annexe 2 – Affiche de médiatisation**

**Annexe 3 : Communiqué de presse**

**Annexe 4 - Budget**

**Annexe 5 - Questionnaire – Grilles d’observation – Livre d’or**

**Annexe 6 - Article de presse**

**Annexe 7- Photos**

### A – CONTEXTES ET JUSTIFICATION DU BESOIN

#### Contexte sociétal :

Les aidants jouent un rôle vital et souvent exigeant dans la société, en prenant soin de leurs proches ayant des besoins de santé particuliers. En raison du vieillissement de la population, de l'augmentation des maladies chroniques et des troubles cognitifs liés à l'âge, de plus en plus d'individus endossent le rôle d'aidant, souvent sans préparation.

On estime aujourd'hui à 11 millions le nombre d'aidants en France (Baromètre BVA / Fondation April, 2023), dont la moitié sont des femmes, en majorité âgées de plus de 50 ans. En parallèle, 48 % d'entre eux se déclarent en situation de détresse psychologique (Fondation Médéric Alzheimer, 2022), et 60 % estiment que leur rôle a un impact négatif sur leur santé physique ou mentale.

Ces chiffres révèlent un besoin de répit, de soutien émotionnel, et d'une reconnaissance accrue de leur engagement. À cela s'ajoutent les effets du contexte social : éclatement géographique des familles, diminution du lien intergénérationnel, et une offre médico-sociale encore insuffisante, ce qui accentue la pression sur les aidants.

Face à ce constat alarmant, l'État a fait des aidants une priorité politique. La Stratégie nationale de mobilisation et de soutien aux aidants 2020-2022 a notamment mis en avant la nécessité de développer des temps de répit, de prévenir les situations de maltraitance involontaire, et de valoriser leur place dans les politiques publiques de santé.

Dans le prolongement de cette démarche, une nouvelle stratégie nationale est en préparation pour 2025-2030. Elle vise à renforcer les droits des aidants, à améliorer leur accompagnement au quotidien et à favoriser une meilleure conciliation entre vie personnelle, professionnelle et rôle d'aidant. L'accent est également mis sur l'innovation sociale, la reconnaissance du statut d'aidant, et la diversification des solutions de répit. Cette stratégie s'appuie sur une concertation avec les associations d'aidants, les collectivités territoriales et les professionnels du médico-social.

### Contexte institutionnel :

Les professionnels des plateformes de répit et d'accompagnement des aidants, comme AMAELLES, sont les premiers témoins de cette situation. Ils constatent au quotidien des signes de fatigue intense, d'isolement social, de sentiment de culpabilité, voire de burnout chez les aidants. Certains rapportent également des situations à risque pour la personne aidée, notamment en raison d'un épuisement psychologique mal pris en charge.

Selon l'Observatoire des salariés aidants (créé en 2021), 15 % de la population active est aujourd'hui concernée par la situation de proche aidant. D'ici 2030, ce chiffre pourrait atteindre 1 actif sur 4 (INSEE). Dans une étude publiée par la DREES en février 2023, il est également confirmé que les aidants déclarent une moins bonne santé globale, tant sur le plan physique que psychologique.

C'est dans ce contexte que s'inscrit le projet « Cœur à Cœur ». Né d'une collaboration étroite entre la plateforme de répit AMAELLES, du réseau associatif APA (20 rue des Vosges à Colmar), et le lycée Saint-André (sites rue Rapp et rue Bruat à Colmar), ce projet vise à offrir un temps de répit, de valorisation personnelle et de reconnaissance sociale aux aidants.

### Contexte pédagogique et naissance du projet :

Le projet « Cœur à Cœur » s'inscrit dans une pédagogie active, interdisciplinaire et contextualisée, visant à co-construire avec les étudiants une action ancrée dans le réel, répondant à un besoin social identifié. Il associe des étudiants de première et deuxième année de BTS Économie Sociale Familiale (ESF) ainsi que des élèves de terminale ST2S, dans une dynamique intergénérationnelle et partenariale. Ce projet est né en 2024, à la suite d'un échange informel entre Madame Morgane Ebbe, aide-soignante à la plateforme de répit AMAELLES, et Madame Amélie Quintana, professeure de méthodologie de projet et d'actions professionnelles au lycée Saint-André de Colmar. Lors de cette discussion personnelle (Mme Quintana ayant été l'enseignante de l'une des filles de Mme Ebbe), l'idée a émergé d'organiser une journée de répit et de bien-être à destination des aidants, en mobilisant les compétences des étudiants et les ressources partenariales. La première édition, organisée en mars 2024, a été portée par les étudiants de deuxième année de BTS ESF dans le cadre de leurs enseignements de méthodologie de projet.

Elle a été très bien accueillie par les aidants participants, les professionnels de la PFR AMAELLES, et les partenaires institutionnels, tant pour la qualité des ateliers proposés que pour la dynamique collective générée. Fort de ce succès, le projet a été reconduit en 2025, cette fois entièrement piloté par les 13 étudiants de première année, accompagnés par leurs enseignants, des professionnels de terrain (infirmière coordinatrice, AMP, aide-soignante), et les étudiants de deuxième année en tant que ressource réflexive. Cette seconde édition a aussi été marquée par une évolution du projet, en réponse aux réalités du terrain et aux propositions des élèves.

Initialement, les élèves de terminale ST2S avaient été sollicités pour co-construire un atelier chorégraphique dans le cadre d'un spectacle de clôture. Mais lors des temps de concertation, ils ont exprimé le souhait de s'engager dans une action différente, proposant l'animation de jeux de société. Cette idée, porteuse de sens et de convivialité, a été entendue et intégrée. Elle rejoignait par ailleurs un besoin identifié par les aidants et la PFR Amaelles : celui de pouvoir faire garder les proches accompagnants (personnes aidées) afin de permettre aux aidants de profiter pleinement des ateliers. Ainsi est née une innovation importante de l'édition 2025 : la création d'un espace d'accueil pour les proches, animé par les relayeuses de la PFR, et six élèves de terminale ST2S, en partenariat avec la ludothèque Europe. Ce lieu a permis une prise en charge bienveillante autour d'activités ludiques, tout en renforçant le lien intergénérationnel et la convivialité du projet. Cette co-construction avec les apprenants, nourrie par l'écoute des besoins des usagers et l'adaptation pédagogique, illustre pleinement les finalités de la formation BTS ESF : développer la capacité à travailler en réseau, à concevoir des réponses ajustées aux réalités de terrain, à impliquer les bénéficiaires et à favoriser l'engagement citoyen. Pour les étudiants, ce projet a été une expérience professionnalisante complète, mobilisant des compétences en diagnostic, planification, animation, évaluation, mais aussi en gestion budgétaire, communication et travail en équipe. Il a également permis de développer la créativité, l'initiative personnelle et le sens de l'intérêt général, des qualités essentielles dans le champ du travail social.

### Données chiffrées et état des lieux

Selon une étude de la Direction de la Recherche, des Études, de l'Évaluation et des Statistiques (DREES) publiée en février 2023, 9,3 millions de personnes en France déclarent apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie. Parmi eux, 8,8 millions sont des adultes et 500 000 sont des mineurs âgés de 5 ans ou plus.

Cette aide peut prendre diverses formes : assistance dans les activités de la vie quotidienne, soutien moral ou aide financière. L'étude souligne également que les aidants sont particulièrement exposés à des risques pour leur propre santé, notamment en raison du stress et de la charge mentale associés à leur rôle. Ainsi, il est essentiel de leur proposer des solutions de soutien adaptées pour prévenir l'épuisement et préserver leur bien-être.

### Justification du besoin

C'est dans ce contexte que s'inscrit la journée « Cœur à Cœur », pensée comme un dispositif de soutien global et préventif, visant à :

\*offrir un temps de répit physique et psychologique,

\*revaloriser le rôle social des aidants,

\*soutenir leur santé globale à travers des ateliers de bien-être, d'écoute et d'expression.

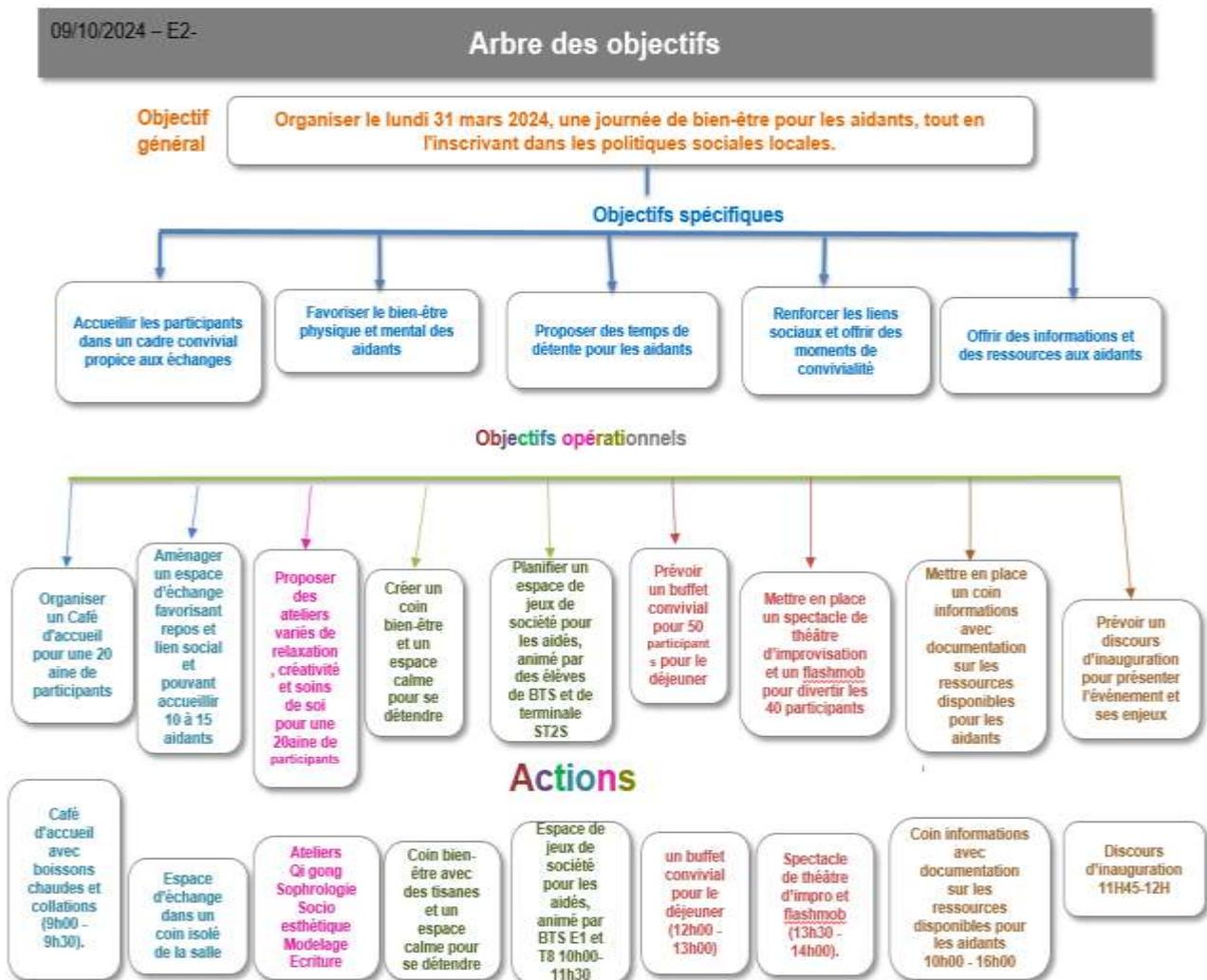
Le besoin ne s'appuie pas seulement sur les constats nationaux, mais également sur une enquête locale de terrain, menée lors de la première édition du projet en 2024 (cf. Annexe 1). Cette enquête a permis : d'identifier les problématiques récurrentes des aidants (stress, fatigue, solitude), de cibler les attentes concrètes en termes d'activités et de soutien, de préciser les caractéristiques sociodémographiques des participants (majoritairement des femmes de plus de 60 ans).

Les plateformes AMAELLES, à l'origine de l'observation de ce besoin, sont commanditaires du projet. Les étudiants de BTS ESF, encadrés par leur enseignante, sont partenaires méthodologiques, intervenant à chaque étape : diagnostic, planification, mise en œuvre, évaluation.

La journée « Cœur à Cœur » constitue ainsi une réponse sociale et pédagogique légitime, construite en cohérence avec les orientations des politiques publiques, les besoins des usagers et les attentes professionnelles de la filière ESF.

## B - OBJECTIFS

Finalité du projet : Améliorer le bien-être et la santé globale des aidants des territoires gérés par les plateformes AMAELLES.



**Objectifs formulés lors de la présentation du projet par Aline Henninger à la caisse Malakoff Humanis :**

Objectifs de l'action :

- Aidants/aidés une qualité de vie à préserver
- Travailler la confiance en soi et l'estime de soi pour l'aidant/aidé
- Temps de répit pour l'aidant, penser à soi et réinvestir l'image de soi
- Réapprendre à s'occuper de soi
- Moment de partage et de plaisir avec les autres

- Sensibilisation intergénérationnelle à l'aide aux aidants (Etudiants/aidants Personnes âgées ou aidant actif/aidé)
- Entretenir les capacités de l'aidé grâce aux activités adaptées proposées lors du relayage
- Renouer des liens sociaux avec d'autres aidants/aidés
- Sortir de chez elles

Plus-value de l'action/impact sociaux :

- Implication des élèves sur une action concrète dans leur parcours scolaire
- Promotion et valorisation des métiers de la gérontologie auprès de ce public
- Proposition différente de ce qui se fait sur le champ de l'aide aux aidants
- Prendre en compte les contraintes personnelles des aidants, telle que la crainte de laisser seul son proche

**Le journée de bien-être des aidants a eu lieu le lundi 31 mars 2025 de 9 à 17 heures au Cercle Saint Joseph de Colmar (29 rue Saint Joseph).**

Plusieurs ateliers ont été proposés (cf communiqué de presse annexe 3)

## C – ACTEURS DU PROJET

⇒ Constitution d'un Comité de Pilotage multi-partenarial et intergénérationnel : Il s'est réuni pour prendre les grandes décisions aux étapes importantes du projet. Il se compose de :

\*Aline Henninger, Infirmière Coordinatrice Plateforme de répit pour les aidants Centre/Sud et Suppléance à domicile, Chef de projet pour AMAELLES ;

\*Morgane Ebbe, Aide-soignante des plateformes de répit pour les aidants, Chef de projet pour AMAELLES ;

\*Myriam Champeau, Chef de projet pédagogique, retraitée et aidante de sa maman, ayant une grande expérience en gestion de projet, à la fois en tant que bénévole associative, mais aussi grâce à sa carrière au Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion sociale ;

\*Amélie Quintana, Chef de projet pédagogique, enseignante de STMS (Sciences et Techniques Médico-Sociales) en terminale ST2S et en BTS ESF (Économie Sociale Familiale)

\*12 étudiants de première année de BTS ESF, répartis dans plusieurs équipes de projet : Arno, Lucie, Léa et Lisa coordonnent le projet et gère le budget ; Melina, Maryvonne, Aude, Arno et Emilie sont responsables de l'animation « bien-être » et de la logistique ; Hasna, Krystina et Elsa ont géré les partenariats avec les intervenants pour l'organisation des ateliers et la partie évaluation. Robin, Jade, Manon et Emilie se sont chargés de la communication et du lien avec AMAELLES pour les inscriptions ; \*2 étudiants de deuxième année de BTS ESF ont coordonné les implications de la classe dans le projet : Aristide et Léna.

⇒ L'animation des ateliers :

Les intervenants ont été :

\*Anastasia Vexler et Samia Vandelle (PFR Amaelles) ont animé l'atelier de socio-esthétique.

\*Jean-Marie Grandadam, Professeur de Qi gong, est intervenu le matin et l'après-midi pour un atelier de 45 minutes.

\*Arno Torregrossa, a proposé un atelier de réflexologie.

\*Pascale Dimanche, Sophrologue et professeur de biotechnologie au lycée Saint-André a animé l'atelier de sophrologie et relaxation.

\*Agathe, étudiante, a animé un atelier de modelage à partir de terre.

\*Amélie Quintana, a animé l'atelier d'écriture.

Les objectifs des ateliers sont relatés dans le communiqué de presse (cf annexe 3).

⇒ L'apport des moyens : Les principaux partenaires financiers du projet sont la caisse de retraite Malakoff Humanis, qui a couvert la majeure partie du budget, ainsi que la Collectivité Européenne d'Alsace (CEA), qui a pris en charge le financement des intervenants (cf. budget : annexe 4). La Mairie a apporté son soutien lors du montage du projet, notamment en facilitant la libération des places de parking situées en face de la salle le jour J.

Flora CHEBEL, chargée de mission « Personnes âgées » au CCAS et Mr Bruno BODET, cadre seniors à l'Espace Solidarités Alsace de Colmar ont participé aux différents comités de pilotage. Le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) était représenté par Nathalie PRUNIER, adjointe au Maire en charge de la solidarité, des personnes âgées, du handicap et de la santé, ainsi que par Monsieur Alain RAMDANI, également adjoint au Maire.

## **D – DEROULEMENT DU PROJET**

### 1. La « journée de bien-être pour les aidants »

La journée a débuté par un café d'accueil, accompagné de gourmandises préparées par les étudiants de BTS ESF. Tout au long de la journée, différents ateliers ont été proposés, ainsi que la diffusion d'une vidéo présentant un spectacle réalisé par les jeunes en situation de handicap de la classe Sésame (cf. annexe 3 : Communiqué de presse). Ce spectacle, sur le thème du Moyen Âge, a été entièrement imaginé par Agathe THOMAS, étudiante en deuxième année et passionnée de théâtre. Les étudiants ont pu observer et participer aux ateliers, dans une ambiance chaleureuse et conviviale, propice au partage intergénérationnel.

### 2. La médiatisation et l'inscription

Un communiqué de presse a été publié le 13 mars 2025 dans les Dernières Nouvelles d'Alsace (cf. annexe 3). Un flyer, accompagné d'une lettre d'invitation, a été diffusé aux aidants par la plateforme AMAELLES. Par ailleurs, des entretiens téléphoniques ont été réalisés afin d'inviter personnellement les aidants à s'inscrire.

Contrairement à l'année précédente, les aidants ont cette fois été invités à choisir à l'avance les ateliers auxquels ils souhaitaient participer.

Un tableau de suivi a été mis en place pour recenser les inscriptions, facilitant ainsi l'organisation et la gestion des présences le matin, lors du repas et pour les activités de l'après-midi.

Les étudiants en BTS ESF, en charge de l'accueil, ont complété les listes d'émargement et guidé les participants vers les ateliers choisis.

### 3. L'inauguration et la présence de personnalités politiques

L'événement a été inauguré en présence de Madame MONNE REMI, représentante de la caisse de retraite Malakoff Humanis ; de Monsieur Alain RAMDANI, adjoint au Maire, représentant Madame Nathalie PRUNIER, adjointe en charge de la solidarité, des personnes âgées, du handicap et de la santé ; de Monsieur Yves HEMEDINGER, élu à la Collectivité Européenne d'Alsace ; d'Arnaud PFERTZEL, directeur du lycée Saint-André de Colmar ; de Madame Astrid ROTH, responsable du lycée technologique et de la filière BTS ESF ; d'Aline HENNINGER, de la plateforme AMAELLES ; ainsi que d'Aristide et Léna, étudiants en deuxième année de BTS ESF, et de Lucie et Arno, étudiants en première année (cf. annexe 6 : article de presse des DNA). Un journaliste des Dernières Nouvelles d'Alsace était également présent en fin de matinée pour interviewer les participants et prendre des photos de l'événement..

## **II. MODALITES DE MISE EN ŒUVRE DE L'EVALUATION**

[Retour sommaire](#)

L'évaluation intermédiaire a été réalisée grâce à des revues de projet (temps de concertation organisé au début de chaque séance de projet) au sein de la classe de première année de BTS ESF et en présence de Myriam Champeau, mais aussi par des réunions du comité de pilotage interdisciplinaire, intergénérationnel et multipartenarial réunissant l'ensemble des protagonistes.

L'équipe d'évaluation (en concertation avec l'ensemble des acteurs du projet) a choisi plusieurs méthodes d'évaluation pour évaluer le projet : un livre d'or (complété par 9 personnes), un questionnaire complété par 22 personnes (cf. annexe 5) et des grilles d'observation (Cf annexe 5) des ateliers (8 observations ont pu être conduites). Un retour par mail des points forts, points faibles et perspectives a été demandé aux intervenants, aux professionnels de la plateforme et à Myriam Champeau. L'objectif de l'ensemble de ces supports est de recueillir les avis de tous sur l'évènement.