

Séminaire du 10 mars 2026

**Quelles pratiques professionnelles  
pour accompagner et soutenir  
les aidants ?**

# Les jeunes aidants : mieux repérer et adapter le soutien

**LA PAUSE  
BRINDILLE**  
LE RÉSEAU DES JEUNES AIDANT-ES



**Axelle Enderlé**, Fondatrice et  
directrice - Association la Pause Brindille

<https://lapausebrindille.org/>



**Hélène Davtian**, Docteure en  
psychologie - UNAFAM - Jeunes  
proches et parentalité Coordinatrice  
Collectif Etincelles & co

# LES JEUNES AIDANTS ACCOMPAGNÉS PAR LA PAUSE BRINDILLE



Jeunes de 7 à 25 ans, confrontés et impactés par la maladie, le handicap ou l'addiction de leur.s proche.s, quels que soient leurs liens, et que soit le niveau d'aide apportée > aidants principaux, co-aidants, ou « subissants » = proches sans pouvoir apporter leur aide.

Notre entrée :

**L'IMPACT SUR LEUR VIE D'ENFANT.**

# Pas des aidants adultes en plus jeunes

Chez le jeune

## TENIR COMPTE DES ETAPES DE DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT



LE PARADOXE D'ÊTRE  
**JEUNE**

AVEC DES RESPONSABILITÉS  
**D'ADULTE**



demolitionflowers

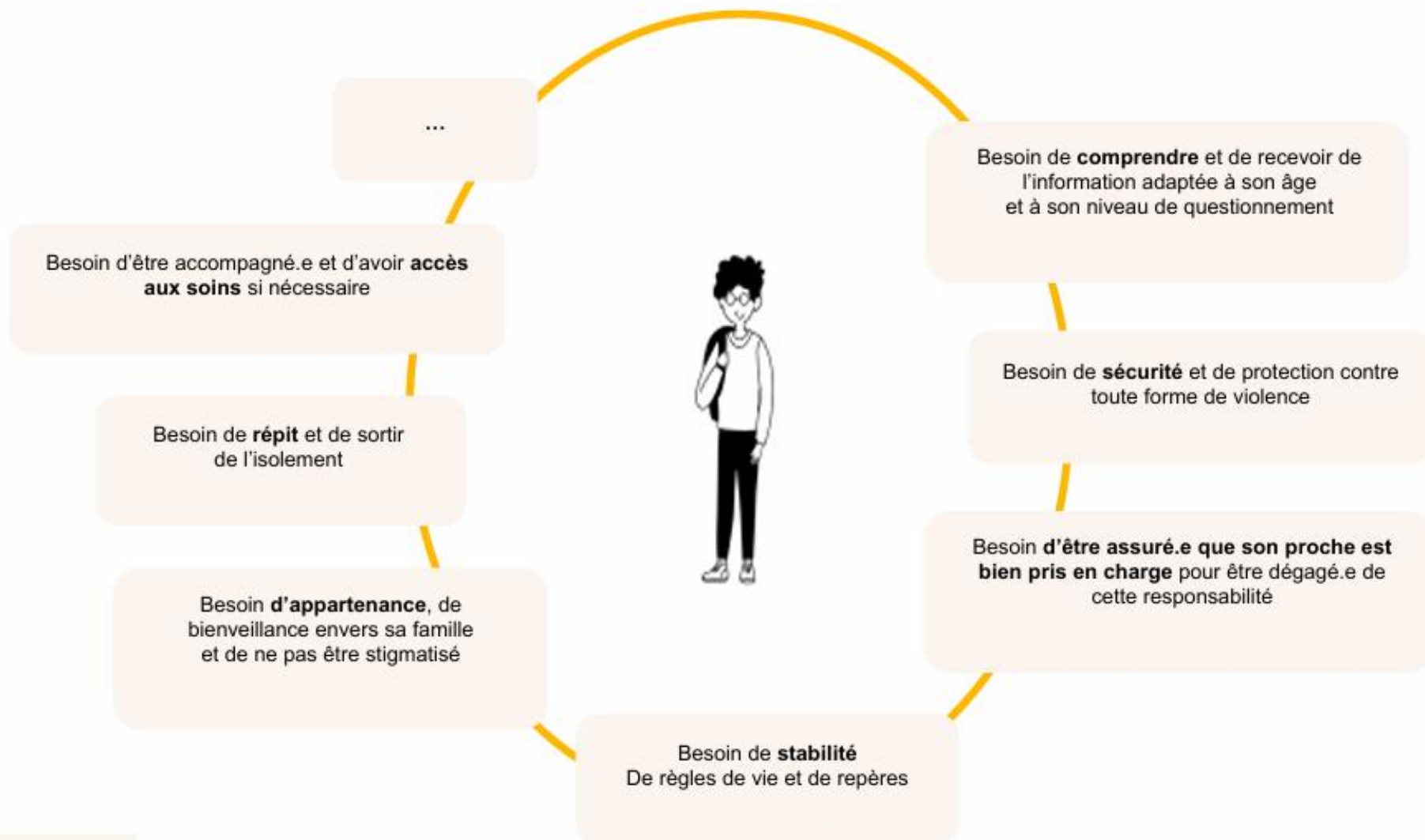


# ET OÙ COMMUNIQUER N'EST PAS SIMPLE

(ET OÙ L'ON SE COMPARE TOUT LE TEMPS)



# AU PLUS PRÈS DES BESOINS

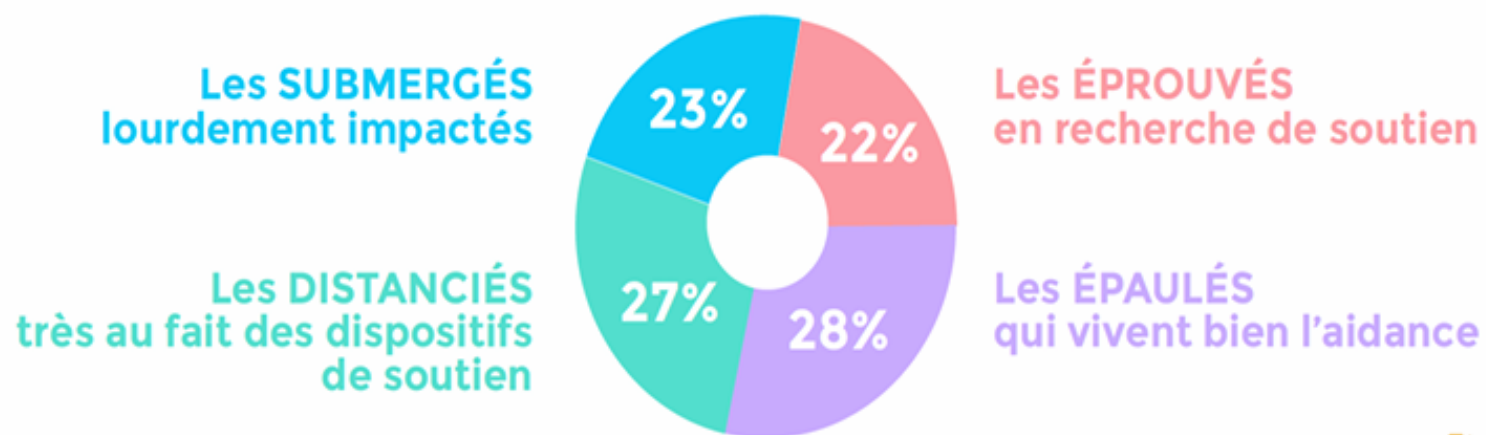


A photograph of three young people sitting on a ledge outdoors. From left to right: a young woman in a white hoodie, a young woman in a red hoodie, and a young man in a grey hoodie and glasses. They are all looking away from the camera towards the right. The background consists of green trees and a brick building. The lighting is warm, suggesting late afternoon or early morning.

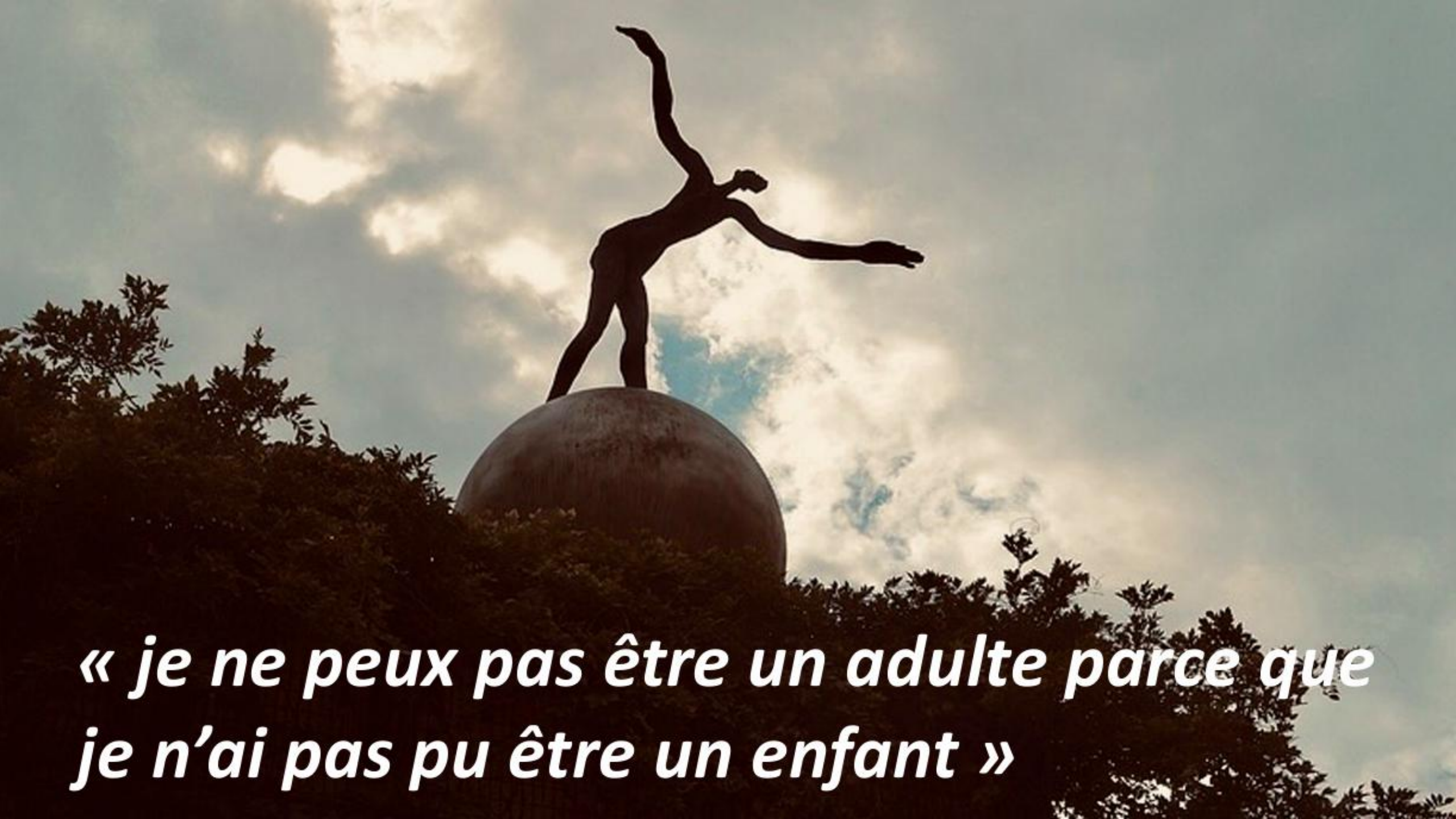
**OÙ SONT-ILS ?**

# DES VECUS ET RESSENTIS PLURIELS

## 4 PROFILS DE JEUNES AIDANTS



Etude Crédoc/Macif 2023



***« je ne peux pas être un adulte parce que  
je n'ai pas pu être un enfant »***

# OUI, IL EXISTE AUSSI DES CONSÉQUENCES POSITIVES

- Maturité accrue
- Sens des responsabilités
- Capacité d'autonomie
- Sentiment d'accomplissement et d'utilité sociale/familiale
- Regard différent sur la vie et le handicap, empathie
- Capacités de résilience
- Connaissance de soi



A black and white photograph of a person lying face down on a concrete floor. The person is wearing a dark, long-sleeved shirt and dark pants. A bird is perched on the person's back, with its wings spread. The person's head is resting on the floor, and their arms are also on the floor. The background is a plain, light-colored concrete floor.

**AGIR ET SOUTENIR**

# DE SA PLACE DE PRO

ATTENTION ET CONSIDÉRATION,  
IDENTIFICATION DES DIFFICULTÉS :


Posture / Questions utiles à poser  
(baromètre)/ Signaux d'alerte /  
Orientation / Coordination / ...

RÉPONSE ET SOUTIEN DEPUIS SA  
PLACE :

Accompagnement concret (santé,  
orientation adaptée, démarches,  
scolarité etc...)

[ICI - Baromètre des jeunes proches \(Etincelles & Co.\)](#)

## BAROMETRE DU JEUNE PROCHE

- 
- J'ai le droit de parler de ce qui me préoccupe et de poser des questions
  - J'arrive à m'intéresser à des choses pour moi
  - Je sais que mon parent (ou mon frère/ma sœur) est bien soigné et pris en charge
  - Les adultes qui m'entourent ont conscience des besoins liés à mon âge
  - J'ai des amis et des activités pour moi
  - J'ai une personne de référence que je peux contacter avec l'accord de mes parents
  - ...
  - Je suis souvent inquiet pour mon proche
  - J'ai du mal à me concentrer ou à réfléchir
  - Je doute de mes perceptions, de mes ressentis et de mes idées
  - J'ai peur de devenir malade, mais je n'ose pas en parler
  - Je me sens triste et j'ai du mal à penser à l'avenir
  - Je suis souvent débordé.e par mes émotions
  - J'ai l'impression que les gens de mon âge ne peuvent pas me comprendre
  - ...
  - J'assure seul.e le lien entre la maison et l'extérieur
  - Je ne sais pas à qui demander de l'aide
  - Je n'ai pas d'information / je ne sais pas si mon proche se soigne
  - Je me tiens en alerte car je crains toujours une nouvelle crise
  - Je suis souvent très anxieux
  - Je n'arrive plus à travailler et à faire des choses pour moi
  - Je me sens différent.e des autres et j'ai tendance à m'isoler
  - Il m'arrive d'avoir peur
  - ...

# LA TRIBU BRINDILLE



# NOS SERVICES

Plus d'infos sur [www.lapausebrindille.org](http://www.lapausebrindille.org)



Ligne d'écoute et tchat en pair-aidance : 06 03 42 22 04



Activités mensuelles ludiques et de partage sur la Métropole de Lyon

**SENSIBILISATION/  
FORMATION**

Accompagnement des professionnels pour mieux repérer et orienter, proposer du soutien > Etablissements de santé, medico-social, entreprises, enseignement supérieur...

**COMMUNAUTÉ  
DIGITALE**



@lapausebrindille

Et le 3 juillet,

**ON VA LEUR FAIRE LA FÊTE !!!**

3<sup>ème</sup> édition du Tribu Brindille Festival :  
**Les inscriptions sont ouvertes !**

**LA PAISE  
BRINDILLE**  
LE RÉSEAU DES JEUNES AIDANT-ES

Rejoins le

La fête  
des jeunes  
aidant-es  
7-25 ans

**Tribu  
Brindille  
Festival**

4 juillet 2026 10h  
22h

**ATELIERS · FÊTE FORAINE · DJ SET ·  
EXPLOSION DE COULEURS · TÉMOIGNAGES ·  
FLASHMOBS · ESPACE CHILL · KARAOKE GÉANT...**

Pour tous les jeunes qui soutiennent un proche fragilisé par une difficulté de santé

Domaine Lyon Saint Joseph, Sainte-Foy-Lès-Lyon

# MERCI

[contact@lapausebrindille.org](mailto:contact@lapausebrindille.org)

06.19.52.46.21



*Etincelles & Co.*