



## Mise en place d'un « Café des proches » à Chartres

**La Mutualité Française Centre, en partenariat avec le Conseil Départemental d'Eure-et-Loir et la résidence Domitys-Les Jardins de Reverdy, organise un « Café des proches » le mardi 20 septembre 2016 de 14 h 30 à 16 h 30, à la résidence Domitys, 88 rue Saint Brice à Chartres. À cette occasion, les participants assisteront à la projection du film « Ensemble », ainsi qu'à la présentation des différents ateliers thématiques.**

Cette action a pour objectif d'accompagner les aidants\* dans leurs démarches, de favoriser le maintien à domicile de leurs proches, de partager leurs expériences, de proposer un moment de détente pour l'aidant et l'aidé et de prendre du temps pour soi.

### « Ensemble », un film pour mieux comprendre

Ce film existe afin de proposer une réflexion optimiste sur ce que peut être la réalité du lien social des aidants, des personnes âgées et/ou handicapées ainsi que la belle place qui peut leur être faite dans la société d'aujourd'hui.

Son objectif est d'offrir un autre regard sur la différence puisqu'elle sait être une richesse pour chacun. Il démontre que nous avons tous, nous les humains, de réelles aptitudes à être bienveillants, attentifs et solidaires avec notre prochain. Les héros de ce film sont les personnes âgées mais aussi tous ceux qui les accompagnent. Les réalisateurs ont rencontré des équipes formidables qui œuvrent avec dynamisme et créativité en se mobilisant avec cœur pour accompagner les aidants et pour redonner une vraie dignité aux personnes fragilisées.

Il nous rappelle joyeusement une évidence parfois oubliée : une personne est une personne ! Du premier cri au dernier souffle.

Après la projection du film, des intervenants professionnels présenteront des ateliers auxquels les aidants pourront s'inscrire.

### L'agenda des ateliers

Ces ateliers permettront aux participants de s'exprimer librement en toute confidentialité, de partager les interrogations et les difficultés rencontrées.

- Mardi 11 octobre 2016 : Atelier 1 DO-IN/relaxation/respiration
- Mardi 18 octobre 2016 : Atelier 2 DO-IN/relaxation/respiration
- Mardi 8 novembre 2016 : Atelier 1 activité physique adaptée
- Mardi 15 novembre 2016 : Atelier 2 activité physique adaptée
- Mardi 22 novembre 2016 : Atelier 2 artistique libre
- Mardi 29 novembre 2016 : Atelier 2 artistique libre
- Mardi 6 décembre 2016 : Atelier bilan, échanges avec les participants sur les ateliers proposés

### Contact presse :

Julien THAVAUD - 02 54 70 59 80 - 06 83 63 29 96 - [julien.thavaud@murec.fr](mailto:julien.thavaud@murec.fr)  
Stéphane FRADET - 02 54 70 59 49 - 07 86 41 73 37 - [stephane.fradet@murec.fr](mailto:stephane.fradet@murec.fr)  
Mutualité Française Centre - 5 - 7 - 9 - Quai de la Saussaye - 41 000 Blois - [www.centre.mutualite.fr](http://www.centre.mutualite.fr)



Une psychologue ainsi qu'une personne en charge de l'espace seniors info-services du Conseil départemental assureront une permanence à l'issue de chaque atelier.

Pour des raisons d'organisation, une inscription est nécessaire par téléphone au 02.38.51.53.41 ou par mail [mlthomas@mutualite45.fr](mailto:mlthomas@mutualite45.fr)

Si vous rencontrez des difficultés pour trouver un relais pour aider votre proche durant votre absence, vous pouvez nous contacter au **02.37.20.13.48**. Un soutien dans le cadre de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) est envisageable sous conditions.

Chaque proche/aidant est invité et encouragé à participer à ces séances.

### **La journée des aidants parlons-en**

La journée des aidants célébrée le 6 octobre prochain a pour objectif de mobiliser les institutions et l'opinion autour du rôle essentiel d'aidant.

8,3 millions de personnes de 16 ans ou plus occupent la fonction d'aidant : 4,3 millions auprès de personnes âgées de 60 ans ou plus vivant à domicile (dont 3,4 millions pour des actes de la vie quotidienne) et 4 millions auprès de personnes âgées de moins de 60 ans. L'aidant unique est dans 44 % des situations le conjoint, dans 12 % des cas un enfant et dans 13 % des cas un parent. Les femmes représentent 57 % des aidants de 16 ans ou plus intervenant auprès de leurs proches à domicile.

47 % des aidants occupent un emploi ou sont apprentis, 7 % sont au chômage, 33 % sont retraités, 13 % sont d'autres inactifs. Les aidants ont en moyenne 52 ans.

*Sources des données : Enquête Handicap-Santé auprès des aidants informels, DREES, 2008. Enquête Handicap-Santé, volet ménages, INSEE*

\*Les aidants familiaux sont des proches d'une personne en situation de dépendance. Ils s'occupent d'elle quotidiennement, souvent en parallèle de leur vie personnelle et professionnelle. Les aidants jouent un rôle de coordinateur auprès des différents intervenants professionnels et permettent le maintien à domicile des personnes âgées en perte d'autonomie. Avoir un rôle d'aidant est difficile : vie professionnelle et personnelle sont toutes deux affectées.

#### **Contact presse:**

Julien THAVAUD - 02 54 70 59 80 - 06 83 63 29 96 - [julien.thavaud@murec.fr](mailto:julien.thavaud@murec.fr)

Stéphane FRADET - 02 54 70 59 49 - 07 86 41 73 37 - [stephane.fradet@murec.fr](mailto:stephane.fradet@murec.fr)

Mutualité Française Centre - 5 - 7 - 9 - Quai de la Saussaye - 41 000 Blois - [www.centre.mutualite.fr](http://www.centre.mutualite.fr)

