

## Une marche citoyenne entre aidants

La Mutualité Française Centre, en partenariat avec le CDGI (centre départemental gériatrique de l'Indre) et la CARSAT, organise une marche citoyenne entre aidants le samedi 04 mars à partir de 9h. Rendez-vous à la plateforme de répit et d'accompagnement des aidants – 1 rue du lavoir 36000 Châteauroux.

Cette matinée a pour objectif de proposer aux personnes proches aidantes un temps d'échange et de partage au cœur de la ville de Châteauroux. Le parcours proposé amènera les participants à visiter le lieu passerelle et à échanger avec une psychologue et une assistante sociale sur les modalités administratives auxquelles ils peuvent recourir.

### L'accompagnement des aidants.

Accompagner au quotidien un proche touché par une maladie, un handicap ou dépendant du fait de l'âge, peut être source de difficultés. Il arrive que la fatigue s'installe, tant moralement que physiquement, et que le temps et les énergies manquent pour penser à soi. Parler de sa santé, expérimenter de nouvelles activités, c'est alors faire un pas vers un mieux-être.

C'est pourquoi la Mutualité Française Centre, avec le soutien de la CARSAT s'est associée au Centre Départemental Gériatrique de l'Indre pour proposer cette action inédite.

Cette action est **entièrement gratuite**.

Afin de faciliter la venue à cette action, les professionnels de la plateforme de répit et d'accompagnement des aidants de Châteauroux pourront prendre en charge la personne aidée le temps de l'atelier.

**Pour des raisons d'organisation, une inscription est nécessaire**, par téléphone auprès de Mme Vanessa BARTHÉLÉMY au 06.74.26.11.36 ou par mail : [v.barthelemy@cdgi36.fr](mailto:v.barthelemy@cdgi36.fr)

#### 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)



## La santé des aidants\* en France :

En France, 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.

Ils jouent ainsi un rôle de coordinateur auprès des différents intervenants professionnels et permettent entre autre 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.

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

\* la Charte européenne de l'aidant familial définit l'aidant comme « **la personne non professionnelle** qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes, notamment : nursing, soins, accompagnement à l'éducation et à la vie sociale, démarches administratives, coordination, vigilance permanente, soutien psychologique, communication, activités domestiques, ... »,

### 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)

