

Blois, le 05 octobre 2018

« La santé des aidants, parlons-en ! », à Avord

Un Forum-Film-Débat suivi d'une présentation des Ateliers

La Mutualité Française Centre-Val de Loire (MFCVL), en partenariat avec la Communauté de Communes de La Septaine, organise un événement à destination de tous, professionnels de santé et grand public : « la santé des aidants, parlons-en ! » à Avord, à la salle des Fêtes, rue d'Aindling, le 11 octobre 2018 de 14 h à 16 h 30.

À cette occasion, la MFCVL réunira divers acteurs du territoire et de nombreux partenaires locaux (Facilavie, Domitys, la Mutualité Sociale Agricole, le Conseil départemental du Cher, France AVC, ASSAD, l'Équipe Mobile Gériatologique Territoriale du Cher...). Les partenaires présents apporteront des réponses au public en matière d'aides humaines, techniques, financières, mais également en faveur de leur santé physique et psychique.

Un film pour mieux comprendre

Le film « **Trajectoire d'aidants** » sera projeté aux participants. Il encourage le tout public et plus particulièrement les proches aidants à se questionner sur leur situation et leur parcours. Il invite également ces personnes à prendre conscience de leur rôle vis-à-vis de la personne aidée, s'accorder du temps de répit et d'éviter de s'isoler. Sa réalisation s'appuie sur le témoignage et retours d'expérience de huit aidants du territoire du Sud-Deux Sèvres. Il nous montre la réalité des sentiments de ce qu'est « Être aidant » et de se reconnaître comme tel.

La conférence-débat qui suivra sera animée par la psychologue de la plateforme de répit et d'accompagnement des aidants de Bourges et permettra de sensibiliser à la thématique de la santé des aidants.

Les 3 ateliers santé qui se dérouleront sur les mois d'octobre et de novembre à la salle de la Communauté de Communes de La Septaine dans la ZAC des Alouettes, seront également présentés. Trois ateliers de 2 heures, dédiés exclusivement aux proches aidants, leur permettront d'échanger, et de bénéficier de conseils complémentaires autour de leur santé :

Atelier 1: « Aidant et en forme », mardi 30 octobre 2018 de 14h30 à 16h30

Atelier 2: « Aidant et serein », mardi 13 novembre 2018 de 14h30 à 16h30

Atelier 3: « Aidant mais pas seulement », mardi 27 novembre 2018 de 14h30 à 16h30

Ces trois ateliers sont animés par des professionnels du sport, de l'art, du bien-être... afin de proposer des approches différentes (éducateur sportif/sophrologue/animatrice artistique).

Cet événement, ainsi que les trois ateliers santé qui suivront sont **entièrement gratuits**.

Les ateliers santé sont ouverts à tout aidant, peu importe la pathologie ou l'âge de la personne aidée.

Pour des raisons d'organisation, une inscription est nécessaire par téléphone auprès de Mme Morgane BELEN au **06.33.82.60.44 / 02.54.70.59.48** ou par mail : morgane.belen@murec.fr

Contact presse :

Julien THAVAUD - 02 54 70 59 80 - 06 83 63 29 96 - julien.thavaud@murec.fr

Stéphane FRADET - 02 54 70 59 49 - 07 86 41 73 37 - stephane.fradet@murec.fr

Mutualité Française Centre-Val de Loire - 5 - 7 - 9 - Quai de la Saussaye - 41 000 Blois - www.centrevallaloire.mutualite.fr

