



---

## Communiqué de presse

---

### « En Centre'Aidant »

***Des temps de répit et d'initiation au numérique pour les personnes accompagnant un proche dans la maladie, le handicap ou l'avancée dans l'âge***

La Mutualité Française Centre-Val de Loire (MFCVL) travaille depuis de nombreuses années en faveur des aidants familiaux afin de leur proposer des actions répondant à leurs besoins.

**Aujourd'hui, le dispositif « En Centre'Aidant » se déploie sur le département d'Indre et Loire, et plus particulièrement sur le territoire d'Amboise, grâce à un travail partenarial avec la plateforme de répit Agévie, ainsi que de nombreux acteurs départementaux et locaux.**

**Le dispositif « En Centre'Aidant » propose aux proches aidants, des ateliers de répit ainsi que des ateliers numériques, à partir du 26 Janvier prochain, sous forme de visioconférences. Ce projet est proposé grâce au soutien financier du Fond Européen de Développement Economique Régional (FEDER), de la CARSAT Centre-Val de Loire et d'AG2R La Mondiale.**

**Onze ateliers seront proposés aux proches aidants d'Amboise et ses alentours, les Mardis de 10h à 12h, sous forme de visioconférences, du 26 Janvier au 20 Avril 2021 (hors vacances scolaires)**

**Les ateliers de répit : six séances de 2 heures pour prendre du temps pour soi.**

Ces moments de convivialité permettront aux participants de maintenir et de favoriser le lien social à travers des échanges, des partages et l'exploration de différentes thématiques. Ces ateliers offriront à ce public souvent isolé des moments de répit et de bien-être à travers diverses initiations : Sophrologie, réflexologie, Do in, atelier d'écriture, atelier coiffure, musicothérapie...

**Les ateliers numériques : cinq séances de 2 heures pour gagner en autonomie et découvrir le « Réseau social des aidants ».**

En 2018, la MFCVL, en collaboration avec les proches aidants ainsi que de nombreux partenaires, a déployé sur la région Centre-Val de Loire le « Réseau Social des aidants » afin de favoriser le lien social et centraliser les informations en lien avec l'accompagnement d'un proche.

Plus largement, ces ateliers favoriseront l'autonomie et l'acquisition de fondamentaux afin de mieux se repérer sur internet et d'être moins vulnérables face aux différents écueils (virus, email frauduleux, phishing...).

## Les aidants familiaux

La loi reconnaît, depuis 2016, le rôle des aidants et est venue apporter sa définition de l'aidant familial comme étant **“une personne non professionnelle qui appartient ou non à la famille de l'aidé et vient en aide de manière régulière à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne”**. Cependant, le statut d'aidant familial est encore peu connu par les aidants eux-mêmes puisque 64 % d'entre eux ignorent qu'ils le sont. Ainsi, la plupart des proches aidants ne connaissent ni leurs droits, ni les aides dont ils peuvent bénéficier.

En France, on estime entre 8 et 11 millions le nombre d'aidants familiaux de 16 ans et plus. 76 % d'entre eux ont moins de 65 ans et 43 % ont moins de 50 ans. 52 % travaillent et 57 % aident un proche en situation de dépendance due à la vieillesse (contre 48 % en 2017). 82 % consacrent au moins 20 heures par semaine en moyenne à leur(s) proche(s) et 37 % des aidants interrogés avouent ne bénéficier d'aucune aide extérieure alors qu'ils sont eux-mêmes souvent âgés.

*Source : Baromètre BVA APRIL 2018 publié le 27 septembre 2018*

**Inscriptions (obligatoires) auprès de Pauline FORTIN : 06 70 49 39 06 – [pauline.fortin@murec.fr](mailto:pauline.fortin@murec.fr)**

### Contact presse :

Pauline FORTIN : 06 70 49 39 06 – [pauline.fortin@murec.fr](mailto:pauline.fortin@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-Val de Loire : 5 – 7 – 9 Quai de la Saussaye, 41000 Blois – [www.centrevaleloire.mutualite.fr](http://www.centrevaleloire.mutualite.fr)

