

Communiqué de presse

Des ateliers d'informations à destination des proches aidants

Plus de 11 millions de français sont considérés comme aidants. Habités à aider un membre de leur entourage, ils n'osent pas toujours demander de l'aide pour eux-mêmes, ni se qualifier comme aidants. Or, de nombreuses études mettent l'accent sur les conséquences à long terme que peuvent avoir l'état de santé ou le moral de l'aidant, sur la relation d'aide.

Face à ce constat, et dans la continuité des actions menées par la Plateforme d'accompagnement de répit des Aidants ALiIS, la MSA de Picardie, Agrica et l'AG2R ont souhaité proposer des ateliers d'informations associant la formation des Aidants labellisée *Association Française des Aidants*, et le parcours Santé des Aidants de la MSA.

L'objectif de ces ateliers est de permettre aux aidants de maintenir leur rôle dans la durée, tout en préservant leurs choix et leur qualité de vie. Ils sont aussi l'occasion pour les participants de prendre le temps d'échanger sur la vie d'aidant avec des professionnels et d'autres aidants, d'aborder la relation d'aide, la façon de conserver le lien avec son proche, les aides possibles pour passer le relais et les moyens de prendre soin de soi.

Imagés comme un parcours libre, ces ateliers permettent à chacun de trouver les solutions dont il a besoin pour mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien.

Le parcours d'accompagnement se décline pour l'aidant en 3 temps :

- **Sept ateliers d'informations animés par des professionnels**

Ces ateliers ont lieu au Relais d'Assistantes Maternelles de Berny-sur-Noye (Chemin de Mainneville, 80250 Berny-sur-Noye), sur les thèmes suivants :

Mardi 15 mai à 13h30 : Quand la maladie, le handicap ou la dépendance s'imisce dans la relation au proche

Mardi 22 mai à 13h30 : Être Aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites

Mardi 29 mai à 13h30 : La santé des aidants, parlons-en !

Mardi 5 juin à 13h30 : La relation au quotidien avec son proche

Mardi 12 juin à 13h30 : Trouver sa place avec les professionnels

Mardi 19 juin à 13h30 : Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne?

Mardi 26 juin à 13h30 : Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale?

- **Une consultation avec son médecin** afin d'évaluer son état général, dépister et traiter les troubles éventuels
- **Un atelier bilan le mardi 11 septembre 2018**

Contact presse :

Mathilde Brard - Chargée de communication
brard.mathilde@picardie.msa.fr - 03 22 82 62 90