

# Communiqué de presse

Jeudi 27 mai 2021



2<sup>e</sup> édition de la journée des « aidants »

## J'aide un proche et moi qui m'aide ?

Lorsque l'on aide régulièrement une personne dépendante, atteinte d'une maladie chronique ou d'un handicap en la soutenant dans ses démarches et dans les actes de la vie quotidienne, on se retrouve souvent démuni pour trouver les réponses et les appuis dont on a besoin. Comment s'informer, à qui s'adresser, comment s'aménager des temps de respiration pour se ressourcer ?

Le Collectif des aidants, composé d'une dizaine de partenaires du secteur du handicap et du grand âge qui a vu le jour en 2019 souhaite rendre visible ces aidants sur une journée d'écoute, d'accueil et de soutien.

Pour cela, il organise sa deuxième journée dédiée aux aidants **le 3 juillet 2021 de 10h à 16h30, à la Plaine Tonique, 01340 Malafretaz.**

Le matin une table ronde orientée sur le statut des aidants et les aides qui en découlent sera proposée avec la participation de différents intervenants. Une projection de vidéos témoignages sur la vie quotidienne d'un aidant permettra un échange avec les participants.

En parallèle, un village associatif tenu par différents professionnels permettra l'accueil, l'écoute et le conseil des aidants présents. Ce sera également l'occasion de présenter les différentes offres de répit qui existent sur le département de l'Ain.

L'après-midi, des ateliers thématiques autour de la santé et du bien-être des aidants se succéderont en petits groupes (massage, randonnées santé, conseils sur les aides techniques, groupes de parole ...).

Les aidants auront l'opportunité de rencontrer d'autres personnes vivant la même situation, de croiser des professionnels, partager, apprendre, s'accorder un temps de pause conviviale. Ce sera l'occasion plus que jamais de penser à soi.

La participation à cet évènement est gratuite et se fera sur inscription (date butoir fixée au 25 juin 2021) par mail ([prochesaidants01@gmail.com](mailto:prochesaidants01@gmail.com)) et par téléphone (04 74 47 56 87). Les participants auront la possibilité de confier leur proche au sein d'un espace dédié (bien le signaler au moment de l'inscription).

Dans le contexte actuel, la tenue de cet évènement est soumise à l'évolution de la crise sanitaire.



Contact presse



Gaël Brand / Christèle Roudot / Olivier Molé



04 72 43 01 01 / 04 74 45 51 85 / 04 74 22 11 11



[gael.brand@apf.asso.fr](mailto:gael.brand@apf.asso.fr) / [C.ROUDAUT@adapa01.com](mailto:C.ROUDAUT@adapa01.com) / [direction@adag01.fr](mailto:direction@adag01.fr)

