

Le 29 septembre 2016

## LA SANTÉ DES AIDANTS, PARLONS-EN !

La Mutualité Française Poitou-Charentes et ses partenaires lancent « La santé des aidants, parlons-en ! » à La Rochelle. Ce programme de prévention propose des ateliers pour toutes les personnes qui accompagnent quotidiennement un proche touché par un handicap, une maladie ou dépendant du fait de l'âge. Le lancement officiel est prévu le 4 octobre lors d'un ciné-débat autour du film « Proche, si proche ».

### *Ciné-débat autour du film « Proche, si proche » d'Annick Redolfi*

#### → Le film :

Bernadette rêve de sortir de l'univers clos dans lequel la maladie de son fils l'enferme. Sabine, atteinte d'une maladie rare, ne pense qu'à échapper à la protection rapprochée de ses parents. Joséphine aimerait bien avoir une après-midi pour elle de temps en temps mais Jean, son époux, est atteint d'Alzheimer. Edith, dans la même situation, a rencontré la perle rare pour l'épauler sur cette difficile route "alzheimerienne".



Ces histoires racontent la vie de personnes confrontées à l'intrusion de la maladie, du handicap et de la dépendance dans leur quotidien. Laver, soigner, vêtir, nourrir, porter, accompagner, distraire. Et puis recommencer, tout le temps, tous les jours, toute l'année. En luttant pour ne jamais faiblir, ne jamais céder au découragement.

#### → Le débat : accompagner un proche sans s'oublier

Après la projection de cette œuvre biographique, les spectateurs qui le souhaitent pourront échanger sur l'expérience d'accompagner un proche âgé, touché par un handicap ou malade. Aujourd'hui c'est près de 8,3 millions de personnes en France qui soutiennent au quotidien un proche en situation de dépendance. Aider un être cher est souvent source de satisfactions mais peut également générer de nombreuses difficultés qui impactent directement la santé des aidants.

**Débats animés par** Gilles Guimard, Inspecteur de l'action sanitaire et sociale, Agence Régionale de Santé

**En présence de :** CLIC de la Délégation Territoriale La Rochelle-Ré-Aunis, CCAS de la ville de Puilboreau, association l'Escale, CED-H (Comité d'Entente Départemental-Handicap), Maison de la Santé 17, Mutualité Française Poitou-Charentes.



Vous invitez aux **Rencontres Santé**

### La santé des aidants parlons-en !

Ciné-Débat autour du film « Proche, si proche » d'Annick Redolfi

**Ciné - Débat**  
le mardi 4 octobre 2016 à 14h

**Salle de l'Auditorium**  
49 avenue Aristide Briand à La Rochelle

Entrée libre et gratuite  
Inscription : 05 17 83 44 99

COAS Puilboreau | Carsat | La Charente Maritime | arS | Santé

### → Informations pratiques :

Mardi 4 octobre 2016 à 14h

Salle de l'Auditorium - 49 avenue Aristide Briand 17000 LA ROCHELLE

(L'auditorium est situé dans les locaux de la Maison de la Charente-Maritime).

Entrée libre et gratuite

Contact : 05 17 83 44 99



### **La santé des aidants, parlons-en ! Un programme de prévention pour les proches aidants**

Accompagner au quotidien un proche touché par la dépendance du fait de l'âge, la maladie ou le handicap, 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. C'est pourquoi la Mutualité Française Poitou-Charentes et ses partenaires<sup>1</sup>, lancent « La Santé des aidants, parlons-en ! ».

Ce programme de prévention propose aux aidants de s'accorder un moment de répit pour mieux se retrouver et rencontrer dans une ambiance conviviale, d'autres personnes qui vivent la même situation. Les participants pourront parler de leur santé et expérimenter de nouvelles activités au cours de 3 ateliers animés par des professionnels.

### → Programme :

**Atelier « Aidant et en forme » : mardi 8 novembre 2016, animé par :**

- Hélène Le Turdu, diététicienne et animatrice prévention santé

**Atelier « Aidant et heureux » : jeudi 17 novembre 2016, animé par :**

- Vincent Dubus, psychologue
- Serge Nguyen, professeur de Tai-Chi

**Atelier « Aidant, mais pas seulement... » : mardi 22 novembre 2016, animé par :**

- Sophie Baron, musicothérapeute
- Hélène Nguyen, coordinatrice Maison de la Santé 17

### → Informations pratiques :

Ces trois ateliers sont proposés en accès libre (inscription souhaitée), de 14h à 16h, à La Rochelle (Maison Associative de la Santé - Avenue de Bourgogne 17000 La Rochelle).

### → Renseignements et inscription :

Maison Associative de la Santé - Hélène Nguyen : 06 48 43 39 43 ou 05 46 27 09 63

Mutualité Française Poitou-Charentes – Antony Mosca – 07 89 33 04 71 / [amosca@mfpc.fr](mailto:amosca@mfpc.fr)

<sup>1</sup> Agence Régionale de Santé Aquitaine Limousin Poitou-Charentes, Conseil Départemental Charente-Maritime, CARSAT Centre Ouest, Maison de la santé 17, CCAS de Puilboreau

**Contact Presse / Mutualité Française Poitou-Charentes :**  
Marcia Régeard – 06 76 50 41 15 – [communication@mfpc.fr](mailto:communication@mfpc.fr)  
Twitter : [@Mut\\_Poitou\\_Char](https://twitter.com/Mut_Poitou_Char)

**A propos de la Mutualité Française Poitou-Charentes :**

*Créée par les Mutuelles, la Mutualité Française Poitou-Charentes est un acteur de santé en région, qui agit en faveur de l'accès aux soins pour tous. Elle représente la Mutualité Française, coordonne et développe le mouvement mutualiste au niveau local et prolonge l'engagement social des mutuelles à travers trois périmètres d'actions : Pérenniser un modèle solidaire / Prévenir pour mieux vivre / Accompagner un réseau de santé pour tous.*

*Premier mouvement social du pays, la Mutualité Française fédère 95% des mutuelles santés en France. Au total, 38 millions de personnes - plus d'un Français sur deux - sont protégées par une mutuelle de la Mutualité Française.*

*Les mutuelles santé font partie de l'économie sociale et solidaire. Organismes à but non lucratif régis par le Code de la Mutualité, elles se distinguent fondamentalement des sociétés commerciales d'assurances par leurs valeurs et leurs principes : la solidarité, la liberté, la démocratie et la responsabilité.*