

La santé des **aidants** parlons-en !

Saint-Julien-du-Sault :

Un rendez-vous info santé et trois ateliers pour échanger, partager et trouver des réponses concrètes.

Dans le cadre du programme « Bien vieillir chez vous », la Mutualité Française Bourgogne-Franche-Comté propose en partenariat avec la plateforme OASIS 89, un rendez-vous info santé et trois ateliers dédiés aux aidants. Cette action est financée dans le cadre de la Conférence des Financeurs de l'Yonne

Cette action intitulée *Aidants, votre santé parlons-en !* a pour objectif le maintien en bonne santé des proches aidants. En effet, l'accompagnement quotidien d'un proche touché par la maladie, le handicap ou dépendant du fait de l'âge, peut épuiser tant moralement que physiquement.

La Mutualité Française Bourgogne-Franche-Comté, organise un rendez-vous info santé et trois ateliers gratuits de prévention et d'éducation à la santé. Ils sont animés par des professionnels. Au cours de ces séances, les aidants pourront échanger sur la santé tout en partageant une activité avec des personnes qui vivent la même situation.

⇒ Organisé à la **salle Alain BASHUNG** (Place de la liberté, 89330 SAINT JULIEN DU SAULT), le rendez-vous info santé prévu le mardi 28 septembre 2021 de 10h00 à 12h00 abordera la question du statut d'aidant, de la santé des aidants et des dispositifs d'aides techniques et financières et de répit à destination des aidants.

⇒ Organisés à l'**EHPAD de Saint-Julien-du-Sault** (2 avenue Wilson, 89330 SAINT JULIEN DU SAULT), les ateliers sont orientés autour des trois dimensions de la santé. Ils se dérouleront les mardis :

- 5 octobre 2021 (10h00/12h00) : échanges et atelier d'expression corporelle en musique (*dimension physique*)
- 12 octobre 2021 (10h00/12h00) : échanges et activité d'art-thérapie (*dimension psychique*)
- 19 octobre 2021 (10h00/12h00) : échanges et découverte culturelle/convivialité (*dimension sociale*)

Afin de faciliter la venue des aidants aux ateliers, il est proposé :

- une aide au transport
- une prise en charge du proche aidé lors des ateliers

Comment participer ?

Ces actions sont **gratuites** et il est possible de participer au rendez-vous info santé et/ou à un, deux ou aux trois ateliers en s'inscrivant :

- par téléphone au 07.86.46.37.88 ou par mail charlotte.camus@bfc.mutualite.fr
- en ligne sur bourgognefranchecomte.mutualite.fr (*rubrique Agenda*).

Pour plus d'informations sur le contenu des ateliers, n'hésitez pas à consulter le flyer en pièce jointe.

Contact presse : caroline.vilm@bfc.mutualite.fr / 03 80 50 01 10