



Contact presse : Geoffrey BANSARD
Téléphone : 02.35.03.47.04
Courriel : geoffrey.bansard@cram-normandie.fr

Rouen, le 16 mars 2010

« Un peu de temps pour les aidants »

Le forum pour ceux qui viennent en aide à un proche en perte d'autonomie

*Ecouter les aidants familiaux, comprendre leur engagement, les aider à prendre du recul sur leur vie au quotidien parfois tout entière dévolue à une personne dépendante, tels sont les enjeux du forum-débat organisé par la CRAM de Normandie, le CLIC Sud de l'agglomération rouennaise et l'AG2R le **2 avril** prochain, à **Saint-Étienne-du-Rouvray**.*

Une présence des aidants de tous les instants

Lorsque les actes de la vie quotidienne deviennent compliqués, ce n'est pas simplement le malade qui souffre, c'est aussi l'entourage. Certains proches s'impliquent dans les soins, s'occupent de la toilette, des repas, de la veille de nuit, effectuent les démarches administratives, etc.

Ces aidants – 3,7 millions de personnes en France – assurent parfois une présence 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Un forum pour leur donner du temps

Cet engagement auprès d'une personne dépendante peut provoquer une grande fatigue et même un épuisement, psychologique et physique. C'est pourquoi la CRAM de Normandie, le CLIC Sud de l'agglomération rouennaise et l'AG2R organisent un après-midi de rencontres et d'échanges pour les aider à penser à eux tout en prenant soin de leur proche. Des acteurs locaux, des associations et des spécialistes seront également présents pour animer le forum qui constitue le point de départ d'une démarche plus personnalisée d'aide et de soutien.

Ce forum se tiendra :

**le vendredi 2 avril 2010, de 14h00 à 17h00,
Centre Georges Désiré (271 rue de Paris)
à Saint-Étienne-du-Rouvray.**

La mise en place de groupes d'échange

Le forum « un peu de temps pour les aidants » constitue le point de départ d'une démarche plus personnalisée d'aide et de soutien, proposée ensuite par le Service social de la CRAM de Normandie et par CLIC Sud de l'agglomération rouennaise.

Car pour briser l'isolement des aidants familiaux, les deux organismes les alertent sur la nécessité de se protéger, de se ressourcer et de préserver leur santé, leur expliquent les dispositifs existants pour les aider à souffler, et leur proposent **une inscription gratuite dans les groupes** d'expression et de soutien. Ces groupes ont pour but de faire se rencontrer des aidants, d'échanger sur leurs problèmes et de proposer des solutions de répit adaptées.