



Communiqué de Presse

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

Rouen, le 15 septembre 2009

« 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 de la journée organisée par la CRAM de Normandie la MSA Côtes Normandes et le comité normand des institutions AGIRC-ARRCO le **29 septembre à Aunay-sur-Odon***

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 familiaux assurent parfois une présence 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Un forum pour leur donner du temps

Leur 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 et la MSA Côtes Normandes organisent une journée 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.

Ce forum aura lieu à :

**Aunay-sur-Odon (salle des fêtes), le 29 septembre 2009,
de 10h à 16h30.**

La restauration sera possible sur place.

Du théâtre pour interroger, rassurer, informer, déranger...

La Compagnie Théâtrale des Oliviers mettra en scène « Griottes et Coccinelles », un spectacle conçu avec la vocation « d'aider les aidants » et qui mêle jeu théâtral, musique, chanson et témoignages : « *Sur scène, elles ont 69 et 84 ans, elles jardinent, elles chantent, elles parlent de leur vie, de leur vieillesse, de leurs proches...* »

« Tous les jours, Denise aide sa maman, âgée et malade dans tous les gestes du quotidien. Elle raconte le bonheur de... mais aussi les difficultés, la peur, la solitude, la fatigue, elle parle culpabilité, désarroi, travail, reconnaissance. Elle explique, elle revendique ».

Des échanges avec la salle suivront la pièce.

3,7 millions d'aidants familiaux en France

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 la MSA Côtes Normandes.

La mise en place de groupes d'échange

Pour briser l'isolement des aidants familiaux, la CRAM de Normandie et la MSA Cotes Normandes 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.

Vous trouverez ci-joint le programme de la journée.

Nous vous invitons à participer au point presse qui se tiendra à 13h30 sur le stand de la CRAM de Normandie.