

COMMUNIQUE DE PRESSE

Dans la continuité de la Journée Nationale des Aidants 2018,
un rendez-vous consacré à ceux qui aident un proche

A l'initiative d'APF France Handicap et en partenariat avec le SAVS SAMSAH 40 d'APF France Handicap et la Résidence Tarnos Océan, la première journée territoriale consacrée aux aidants proches se tiendra

Jeudi 15 novembre 2018
au Foyer Tarnos Océan entre 9h30 et 17h

avec la tenue de 2 sessions de l'atelier « **Prévention de l'usure physique des aidants** »

L'aide aux aidants : un enjeu de société !

La France compte environ 11 millions d'aidants, qui consacrent une grande partie de leur temps à prendre soin d'un proche fragilisé par une situation de dépendance (6 h en moyenne pour 40 % d'entre eux).

34 % des aidants vivent cette situation depuis au moins 10 ans et 1 aidant sur 2 souffre de dépression au bout de 2 à 3 ans... C'est dire à quel point dans ce contexte la santé des aidants est cruciale.

Comment se faire aider lorsqu'on soutient soi-même un proche en perte d'autonomie ? Les aidants ont besoin d'écoute, d'accompagnement et de répit afin d'améliorer leur qualité de vie et préserver leur santé.. C'est pourquoi cette question constitue un réel enjeu sociétal.

« Etre aidé... pour mieux aider »

Cette journée s'adresse aux personnes qui accompagnent quotidiennement un proche malade ou en perte d'autonomie, une personne vieillissante ou en situation de handicap... L'objectif de cet atelier est de proposer aux aidants un temps pour trouver des conseils pratiques et effectuer des mises en situations visant à alléger leur charge physique, à améliorer leur confort de vie et à préserver leur santé.

Au-delà de cet objectif, la journée des aidants doit également permettre de rompre l'isolement et de faciliter les échanges entre familles et professionnels.



Bayonne le 5 novembre 2018

Contacts presse

Mireille FOUQUEAU, Cheffe de Projet

07.72.12.78.70

mireille.fouqueau@apf.asso.fr

Vous aidez un proche au quotidien ?

Dans la continuité de la *Journée Nationale des Aidants 2018 sur le thème de la Santé*, nous vous proposons de participer à un

Atelier gestes et postures
« Prévention de l'usure physique des aidants »

Jeudi 15 novembre 2018

1^{ère} session de 9h30 à 12h30 ou 2^{ème} session de 14h à 17h

à la Résidence Tarnos Océan
6 avenue Lénine à Tarnos



Cet atelier sera animé par une ergothérapeute et une infirmière
en partenariat avec