

Rencontre santé



La santé des aidants parlons-en !



Mais qui sont les aidants ?

1. L'aidant vient en aide régulièrement à un enfant ou un adulte pour les activités de la vie quotidienne : une personne âgée, une personne en situation de handicap ou ayant une maladie chronique (un cancer, le diabète...)
2. L'aidant est un membre de la famille, un ami, un voisin
3. La personne qu'il aide vit en établissement ou à domicile

Or :

- 48% des aidants déclarent avoir une maladie chronique,
- 30% disent se sentir anxieux ou stressés,
- 25% déclarent ressentir une fatigue physique et morale.

Ils sont, Vous êtes, Nous sommes : 8.3 millions en France à être dans cette situation. Et si nous débattions de la santé des aidants ?

Prendre soin de soi, plus facile à dire qu'à faire !

Souvent, le temps et l'énergie manquent. C'est pourquoi :

Que vous soyez un aidant proche ou simplement intéressé par le sujet

la Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes et le Conseil Départemental de l'Isère vous invitent à participer à un théâtre-débat avec **la Compagnie des Désaxés.**

**Le mardi 28 novembre 2017, au Médián, rue de Tharabie
38070 Saint-Quentin-Fallavier**

Théâtre débat à 14h suivi d'un forum d'information

Entrée libre et gratuite, accueil à partir de 13h30.

**Pour tout renseignement, vous pouvez contacter : Stéphanie Le Bréquier au
04 78 41 22 50 / contact_prevention@mfara.fr**



Ce programme est organisé en partenariat avec : Adhap-Adomni (sad), Association ALHPI, Association Art'âge et Alchim'aide, Commune de Bourgoin-Jallieu, Commune de Saint-Quentin Fallavier, Commune de Villefontaine, EHPAD les jardins de Médecins, MSA Alpes Du Nord, Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants Familiaux (PARAF) du Groupement Hospitalier du Nord Dauphiné et SEVE (sad).