

Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie



La santé des aidants en action !

- ❖ **Porteur** : Mutualité française
- ❖ **Bénéficiaires de l'action** : Aidants
- ❖ **Thématique** : Information/sensibilisation
- ❖ **Objectif principal** : Favoriser le maintien en santé des proches aidants.
- ❖ **Contenu de l'action** :
 - Ciné débat : projection du film « The Father » suivi d'un débat animé par la psychologue et responsable de la plateforme d'accompagnement et de répit du relai Cajou et le Centre Local d'Information et de Coordination d' Auch. Le ciné débat est ouvert à tous (proches aidants, personnes accompagnées ou concernées par la thématique). L'objectif est de sensibiliser les personnes présentes afin qu'elles puissent s'identifier en tant qu'aidant ; fournir des éléments concrets sur les difficultés des aidants, leur impact sur la santé et les ressources dont ils disposent pour y faire face.
Les aidants pourront ensuite s'inscrire au cycle de 7 séances proposé et plus généralement vers les ressources à disposition sur le territoire.
 - Cycle de 7 séances : 1)activité physique adaptée 2)sophrologie 3) temps de création arts plastiques (professionnelle du relais Cajou), 4) activité physique adaptée 5) Yoga du rire (psychologue) 6) réflexologie plantaire 7) mon vécu d'aidants
- ❖ **Nombre séances par atelier** : ciné débat et 7 séances
- ❖ **Durée séance** : 2h00
- ❖ **Nombre de participants** : 30 au ciné débat et 8 pour les séances du cycle.
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Grand Auch Cœur de Gascogne
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Auch
- ❖ **Calendrier** : de septembre à novembre
- ❖ **Inscription** : Mme TORTI : 06.20.86.16.83 ou lucie.torti@mutoccitanie.fr