



# LA SANTÉ DES AIDANTS, PARLONS-EN !

Agés de 52 ans en moyenne, les aidants sont majoritairement actifs. Ils doivent donc s'organiser pour allier leur activité professionnelle avec l'aide qu'ils apportent à leur proche. Cette situation provoque bien souvent un phénomène d'épuisement physique et psychologique.

En effet, 48% des aidants déclarent avoir une maladie chronique, 29% se sentir anxieux, 25% ressentir une fatigue physique et morale (*enquête Handicap-Santé aidants, DREES, 2008*).

## OBJECTIFS

- Sensibiliser le public sur la thématique de la santé ;
- Sensibiliser le public quant à l'impact de la relation d'aide sur la santé des proches aidants ;
- Favoriser la conciliation entre le rôle d'aidant et sa propre santé.

## DÉROULEMENT

Dans un premier temps, un spectacle-débat est mis en place afin de sensibiliser le public à la thématique de la santé et à l'impact de la relation d'aide sur la santé des proches aidants.

Suite à plusieurs saynètes portant sur les répercussions du rôle d'aidant sur leur santé physique, psychique et sociale, le public peut échanger avec des experts de la thématique (médecins, infirmiers, psychologues...).

Dans un second temps, plusieurs ateliers destinés uniquement aux aidants sont mis en place. Chaque atelier traite d'une des dimensions de la santé (physique, psychologique et sociale...) et se compose de deux parties : échanges entre le public et les professionnels/experts de la thématique ; activité pratique en lien avec la dimension abordée.



### FORMAT

Spectacle-débat  
Ateliers



### PUBLIC

Aidants



### PARTENAIRES

Association Française des Aidants  
Conseils départementaux  
MSA de Picardie  
Partenaires experts locaux



### INTERVENANTS

Mutualité Française HDF  
Troupes de théâtre  
Experts locaux