

SPECIAL AIDANTS !

Actualités et Agenda ES MHVA :

GROUPE DE PAROLE

Animé par Camille Crabol, psychologue

Jeudi 19/06, vendredis 11/07 et 8/08 de 14h à 16h Lieu : Maison du Département – LIMOUX

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Gratuit et assuré par une psychologue à l'Espace Seniors ou à votre domicile



ACCOMPAGNEMENT dans les démarches
Laetitia LAUZE et Bénédicte DUPRÉ



Inscription : Espace seniors au 04 68 69 79 60



L'association France Alzheimer Aude et le Collectif des partenaires de la Moyenne et haute vallée vous proposent :

GROUPE DE PAROLE

Un espace de rencontre et d'échanges

Les mercredis 4 juin et 2 juillet 2025 de 14h30 à 16h30



ATELIER RELAXATION – QI GONG

Animé par Eric AUGOYARD

Le lundi 16 juin 2025 de 14h à 16h



ATELIER STIMULATION COGNITIVE AIDANT/AIDÉ

Les vendredis 13 juin 2025 de 10h à 12h

Groupes animés par Perrine SAUMITOU

Psychologue



Pour tous ces groupes, ateliers de l'Association France Alzheimer Aude :
Inscription auprès de Mmes CEREAL et MOULIS, Bénévoles FAA : 06 45 10 52 03 - 06 10 47 35 03
Lieu : Maison du Département – LIMOUX



L'association Alzheimer, un autre regard, vous propose « Les après-midi détente » :

Les lundis de 14h à 17h

Les 2 et 23 juin 2025 – Pause juillet et août

Des temps de loisirs et de convivialité

Lieu : 36, Av. Oscar Rougé – LIMOUX

Renseignement et inscription :

Chantal GOUTAY : 06 23 86 65 06 ou

Anne PINILLA : 06 09 57 64 80

AIDANTS : LA VIE EN SUSPENS

On les appelle les « proches aidants », les « aidants familiaux », plus rarement « les aidants naturels ». Ils apportent un soutien moral, physique, administratif, ou financier, à domicile ou à distance, à leur enfant en situation de handicap, leur parent en perte d'autonomie, leur époux ou épouse atteint d'une maladie chronique. Ils seraient entre **9 et 11 millions en France**, dont 700 000 enfants ou adolescents. Ces invisibles – à 60 % des femmes – évoluent dans une zone grise entre soutien familial « naturel » et soins professionnels. Ils peinent eux-mêmes à se reconnaître aidants ou, quand ils le conscientisent, à s'orienter dans le maquis des dispositifs pour faire valoir leurs droits.



A travers la question des aidants, **de nombreux enjeux sont mis sur la table : famille, solidarité, orientation des politiques publiques, conciliation de la vie privée et du travail, rôles masculins et féminins**. Jusqu'au tournant des années 2000, la question est pourtant restée cantonnée à la sphère privée. Mais pourquoi l'État l'a-t-il délaissée si longtemps ? Et que faudrait-il faire aujourd'hui pour prendre enfin soin de ceux qui prennent soin des autres ? Quel est le rôle des politiques publiques ? Du corps médical ? Des entreprises ? **Pour soutenir ces aidants que nous avons tous été ou que nous serons tous un jour.**

UNE SÉRIE DOCUMENTAIRE de Karine Le Loët, réalisée par Clémence Gross à écouter ou regarder sur le lien :
<https://www.radiofrance.fr/franculture/podcasts/serie-aidants-la-vie-en-suspens>

**L'Association des Diabétiques
Occitanie, vous propose :**



Ateliers diététiques : 1 jeudi/ mois de 14h30 à 16h

Ateliers Activité Physique Adaptée : 2 mercredis/ mois de 15 H

45 à 16 H 45

Lieu : Espace Fécos – 7 av. du Pont de France à LIMOUX

*Martine GLEYZES, IDE et Marie-Hélène LAMBERT,
bénévoles patient expert de l'AFD Occitanie.*

Inscription obligatoire auprès de

Marie-Hélène LAMBERT au 06 73 38 73 61



Le Comité Audois France Parkinson

La ligne téléphonique d'écoute du comité Audois France Parkinson est à nouveau active, les bénévoles se relaient pour répondre aux différentes attentes des malades et de leurs aidants.

Contact : **06 58 30 15 30**

comite11@franceparkinson.fr

www.franceparkinson.fr



Le Pôle MND Occitanie

Vous accombez une personne atteinte d'une maladie neuro-évolutive?

Vous recherchez des conseils, du soutien ? L'équipe MND Occitanie pilote un dispositif de soutien psychologique, la **Ligne écoute Aidants**. Nos psychologues sont à votre écoute tous les soirs gratuitement.

Cette permanence téléphonique, **gratuite et accessible 7j/7 de 18 à 22 h au 0806 806 830**