

COMMUNIQUE DE PRESSE

Strasbourg, le 24 mai 2023

Café des aidants : « Comment garder un lien de qualité avec mon proche ? »

Dans le cadre du Contrat local de santé (CLS) et de la politique municipale en direction des aidants, la Ville de Strasbourg s'est associée à la MFGE (Mutualité Française Grand Est) pour créer un « café des aidants ».

« Café des aidants » est un label associatif dont la marque est déposée. Ainsi, la Ville de Strasbourg a adhéré à l'Association française des aidants qui a pour objectif d'accompagner les structures dans le montage de projets et leur proposer un suivi opérationnel (il existe actuellement plus de 60 cafés des aidants labellisés en France).

L'objectif du « café des aidants » est de permettre à des proches aidants d'avoir accès à un espace et à un temps privilégié en présence de professionnels. Les participant-es se retrouvent afin d'échanger, de partager les expériences et de recevoir de l'information.

Qu'est-ce qu'un proche aidant ? Une personne est considérée comme proche aidant lorsqu'elle s'occupe d'une personne dépendante, malade ou handicapée, jeune ou âgée. Les aidants proches sont confrontés à des difficultés (absence de temps de répit, isolement, besoin de connaissances techniques) qui, si elles ne sont pas reconnues, peuvent mener à des situations d'épuisement. D'où l'importance de créer des lieux ressources, de parole et de répit.

Les prochains **Café des aidants** sur le thème « **Comment garder un lien de qualité avec mon proche ?** » auront lieu en **présentiel sans inscription** :

- **Jeudi 1^{er} juin de 18h00 à 19h30**
- **Jeudi 15 juin de 14h30 à 16h**

Au Centre culturel Marcel Marceau, 5 place Albert Schweitzer à Strasbourg

Une rencontre aura lieu en **visioconférence** sur inscription et dans la limite des places disponibles:

- **Jeudi 8 juin de 17h30 à 18h30**

via le lien: <https://grandest.mutualite.fr/evenements/cafe-des-aidants-strasbourg-3-2/>

Ateliers diététique et sport

Des ateliers « *du temps pour prendre soin de nous* » sont également organisés pour les aidants :

- **Jeudi 8 juin de 15h30 à 17h30 – Atelier Diététique**
- **Jeudi 15 juin de 16h30 à 17h30 – Atelier Sport**

Au Centre culturel Marcel Marceau, 5 place Albert Schweitzer à Strasbourg

Les ateliers auront lieu en présentiel, sur inscription, et dans la limite des places disponibles, via le lien suivant :

<https://grandest.mutualite.fr/evenements/rencontres-sante-du-temps-pour-prendre-soin-de-nous-a-strasbourg/>

Renseignements : **Ligne info seniors et handicap 03 68 98 51 15**