
Action de prévention : Prenons soin de ceux qui aident

Les aidants représentent 11 millions de personnes en France, dont la moitié a une activité professionnelle. L'objectif de cette Rencontre santé est d'informer les aidants sur l'impact de leur rôle sur leur propre santé et les solutions pour la préserver, de permettre le cas échéant aux participants de se reconnaître en tant qu'aidant, et enfin, d'orienter vers les ressources mobilisables sur le territoire répondant à la situation de l'aidant. Lorsque l'action se déroule en milieu professionnel, elle permet également de mieux comprendre le vécu des collègues concernés. Si besoin, un échange individuel avec l'animateur permet d'exposer sa situation particulière et de bénéficier d'une orientation personnalisée.

Pour qui ? Toute personne aidante prenant soins d'une personne présentant des problèmes de santé au long cours (dépendance, situation de handicap ou maladie chronique...), résidente du département où se déroule l'atelier.

Pourquoi ? Préserver la santé des aidants.

Avec qui ? Des **professionnels expérimentés et diplômés**, un(e) chargé(e) de prévention formé(e) ou expérimenté(e) dans la thématique santé des aidants, un(e) animateur(trice) de l'UR Ile-de-France.

Comment ? Via la plateforme Zoom ou Teams (*obligation d'avoir une adresse mail pour s'inscrire, un PC, ou une tablette, ou un Smartphone*). **L'inscription est obligatoire** à l'atelier sous format distanciel.

Une séance test de connexion est proposée aux personnes n'ayant jamais utilisé Zoom en amont du programme, pour être opérationnel le jour J. La séance test est facultative si le participant en ressent le besoin.

Calendrier « Prenons soin de ceux qui aident »

Cibles	Thème	Formats	Modalités	Départements	Date et horaires	Contacts/inscriptions
Aidant(e) s résidant(e)s du département où se déroule l'atelier	La santé des aidants	Atelier interactif	Distanciel	Toute IDF	21-oct 13h-14h30	Ldobenesque@mutualite-idf.fr portable : 07 85 03 06 43
Aidant(e) s résidant(e)s du département où se déroule l'atelier	La santé des aidants	Atelier interactif	Distanciel	Toute IDF	18-nov 14h30-16h	Ldobenesque@mutualite-idf.fr portable : 07 85 03 06 43
Aidant(e) s résidant(e)s du département où se déroule l'atelier	La santé des aidants	Atelier interactif	Distanciel	Toute IDF	25-nov 13h-14h30	Ldobenesque@mutualite-idf.fr portable : 07 85 03 06 43
Aidant(e) s résidant(e)s du département où se déroule l'atelier	La santé des aidants	Atelier interactif	Distanciel	Toute IDF	02 déc 14h30-16h	Ldobenesque@mutualite-idf.fr portable : 07 85 03 06 43