

# INFORMATION PRESSE

6 SEPTEMBRE 2024

## DES ATELIERS D'AIDE AUX AIDANTS

En France plus de 9 millions de personnes soutiennent au quotidien un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap. Ce rôle d'aidant est exigeant et peut être difficile à assumer. Afin d'accompagner et de soutenir les aidants du territoire, le CIAS du Marsan met en place à partir du 27 septembre, des ateliers pour les aidants à la Maison d'Accueil Temporaire (MAT), 1 avenue Henri Lacoste à Mont de Marsan.

Organisées en collaboration avec Neosilver, entreprise spécialisée dans les activités à destination des seniors, 7 séances collectives (de 8 à 12 personnes) seront proposées entre le 27 septembre et le 6 décembre autour de différentes thématiques : savoir réagir en situation de crise, gérer sa charge mentale, mesurer le changement... L'occasion de s'informer sur les aides en faveur des aidants et d'échanger avec d'autres personnes pour se créer un réseau de soutien.

Ces ateliers permettront aussi aux aidants de bénéficier d'un moment de répit. Une séance sera notamment animée par un sophrologue.

### Plus d'infos et inscriptions :

CIAS du Marsan

[contact.cias@cias-montdemarsan-agglo.fr](mailto:contact.cias@cias-montdemarsan-agglo.fr) | 05 58 03 15 03

### Contact presse

Julie Font

[julie.font@montdemarsan-agglo.fr](mailto:julie.font@montdemarsan-agglo.fr)

05 58 51 85 92 • 06 12 23 18 55

