

# Hérépiain

## Prévenir l'épuisement de l'aidant : les ateliers ont démarré



■ Le public a participé à des échanges enrichissants.

C'est dans la salle Rodin que Chantal Julia, infirmière expérimentée dans l'aide aux aidants, Danièle Théron, présidente du club des seniors et Michèle Girard, présidente de Générations mouvement de l'Hérault ont accueilli le public pour un premier atelier dédié aux aidants. Il s'agissait très simplement d'essayer de comprendre le fonctionnement du malade.

Le but étant toujours le même : apprendre à gérer la maladie au quotidien, à domicile. Un échange entre les participants s'est vite instauré : chacun évoquant les problèmes rencontrés face au parent en

difficulté. On découvre parfois des aidants épuisés et démoralisés à force d'essayer de « *faire au mieux* », de ne pas mettre les malades en échec, et d'autres qui, au contraire, ont trouvé par eux-mêmes des astuces et des solutions aux problèmes du quotidien.

Les échanges, les expériences et les méthodes préconisés par les animateurs permettront aux aidants de mieux appréhender la maladie.

Le calendrier des prochaines rencontres est le suivant : 2 avril, 30 avril, 28 mai, 25 juin, 29 octobre, 26 novembre.

Tél. 04 67 23 11 33.

[midilibre.fr](http://midilibre.fr)