

Communiqué de presse
02/04/2025

Parce que l'aide aux proches ne doit pas signifier l'oubli de soi, un parcours dédié aux aidants est organisé à Donzère par la MSA Ardèche Drôme Loire. Cet événement gratuit comprend quatre journées spéciales et offre une occasion précieuse de souffler, d'échanger et de prendre soin de soi. Ces journées permettront aux aidants de découvrir et de repartir avec des outils concrets pour améliorer leur quotidien.

Un programme pensé pour les aidants :

Donzère (26) – Participation gratuite

 **12 juin – 14h | Salle des Chênes**

Conférence : "L'épuisement et ses conséquences sur la santé des aidants"
Avec Dr Vannier (AGIRC ARRCO), Marjorie Marquez et Mélanie Combe (MSA).

 **19 et 20 juin | Salle des Chênes**

Bilans de santé individuels (sur inscription).

 **3 juillet – 9h30 à 16h | Salle des Chênes**

Matin : Accès aux droits et à l'information

Rencontre avec la MSA, Bulle d'Air, DAC26, CD26, Soliha et la Plateforme de répit.

Après-midi : Bien-être et prévention

Atelier sport avec Mobil Sport, intervention d'un ergothérapeute et présence du Truck Soliha..

Infos et inscriptions :

Mélanie COMBE – combe.melanie@ardechedromeloire.msa.fr - 06 16 16 89 50

Marjorie MARQUEZ - marquez.marjorie@ardechedromeloire.msa.fr – 06 16 16 89 84

MSA ADL / Service communication / Relations Presse	
Laure Barlet	06 34 12 68 76 - barlet.laure@ardechedromeloire.msa.fr
Marie-Hélène Rattin	07 87 24 21 84 – rattin.marie-helene@ardechedromeloire.msa.fr