

# PARCOURS SANTÉ DES AIDANTS - DONZÈRE

Une initiative de la MSA Ardèche Drôme Loire  
pour informer et accompagner les aidants.



Prenez un moment pour vous.

Ce parcours est fait de moments  
pour souffler, échanger et penser  
à votre bien-être.

À travers des rencontres, des  
temps d'écoute et des activités  
adaptées, offrez-vous l'espace  
dont vous avez besoin pour  
continuer à accompagner  
sereinement vos proches.



santé  
famille  
retraite  
services

L'essentiel & plus encore

[ardechedromeloire.msa.fr](http://ardechedromeloire.msa.fr)



## UN PARCOURS SANTE DES AIDANTS

Dans le cadre du Plan d'Action Sanitaire et Sociale 2021/2025, la MSA et ses partenaires locaux vous proposent une action :

«Parcours Santé des Aidants»



## POUR QUI ?

Les aidants non professionnels, quel que soit leur régime de protection sociale, qui prennent soin d'un membre de leur famille ou d'une personne de leur entourage.



## QUELS OBJECTIFS ?

Permettre aux aidants d'assumer leur rôle dans la durée, en préservant santé et qualité de vie.

Les informer, à partir de leurs attentes spécifiques, sur les solutions possibles et les orienter vers des services adaptés à leurs besoins.



## COMMENT ?

Sous la forme d'une action de prévention santé :  
Avec une dimension à la fois individuelle et collective.  
Ciblée sur les risques spécifiques liés à la situation personnelle de l'aidant.

## **Conférence :** **"L'épuisement et les conséquences pour la santé des aidants"**

**Date et lieu :**

**Jeudi 12 juin à 14h | 1/4 Salle des Chênes, 26290 Donzère.**

**Intervenants :**

**Dr Vannier, médecin gériatre AGIRC ARRCO.  
Marjorie Marquez et Mélanie Combe, travailleurs sociaux  
MSA.**

***Une discussion sur les impacts de l'épuisement des  
aidants et les solutions pour préserver leur santé.***



## **Bilans de Santé Individuels :**

**Date et lieu :**

**19 et 20 juin | 1/4 Salle des Chênes, 26290 Donzère.**

**Modalités :**

**Sur inscription auprès des travailleurs sociaux MSA.**

***Une évaluation personnalisée pour détecter  
d'éventuels risques pour la santé des aidants.***



# AGENDA DES ACTIONS :



## Journée Accès aux Droits & Information

Date et lieu :

Jeudi 3 juillet de 9h30 à 16h | 1/4 Salle des Chênes, 26290 Donzère.

Déroulé :

De 9h30 à 12h, interventions des partenaires (MSA, Bulle d'Air, DAC26, CD26, Soliha, Plateforme de répit).

L'après-midi, de 14h à 16h, atelier sport avec Mobil Sport et présence du Truck Soliha toute la journée et intervention d'un ergothérapeute sur le matériel technique

## CONTACT & INFOS PRATIQUES

Organisateur : MSA Ardèche Drôme Loire

Contact : Mélanie COMBE | Marjorie MARQUEZ

combe.melanie@ardechedromeloire.msa.fr | 06 16 16 89 50

marquez.marjorie@ardechedromeloire.msa.fr | 06 16 16 89 84

Lieu : Ville de Donzère ( 26 Drôme ).



@MSA Ardèche Drôme Loire



@MSA\_ADL



@MSA ARDECHE DROME LOIRE