

Des séances de gymnastique adaptées aux Aidants

OF- mardi 28 octobre



Magali Gayraud, Françoise Gatel et Jean Lemesle, en présence de Louis Hubert, conseiller général, des élus de Châteaugiron et des représentants des associations, ont signé, vendredi à la mairie, la convention permettant la mise en place de séances « Gym aidant ». |

Aujourd'hui, plus de 8 millions de personnes, en France, accompagnent au quotidien un proche en situation de maladie ou de handicap. Il s'agit des aidants. Jean Lemesle, président de Clic Allié de la couronne est et sud de Rennes ; Françoise Gatel, sénatrice et maire de Châteaugiron, et Magali Gayraud, responsable départementale du groupe associatif Siel Bleu ont signé, vendredi, une convention de partenariat permettant la mise en place d'une activité « Gym aidant », à compter du 7 novembre. **« Le rôle des proches aidants est précieux et essentiel, mais également difficile. Apprendre à utiliser son corps est fondamental pour l'aidant. Trop de mauvaises postures ou des gestes difficiles à accomplir parasitent leur vie quotidienne. Ils sont susceptibles de provoquer des troubles qui peuvent altérer leur bien-être et leur santé »,** explique Françoise Gatel.

« L'enseignement de différentes techniques qui seront abordées lors de ces séances, permettra aux aidants d'épargner leur propre corps et de veiller sur la personne qu'ils accompagnent », précise Jean Lemesle.

Contact : les séances se dérouleront un vendredi par mois à l'Orangerie, de 14 h à 15 h 30, à compter du vendredi 7 novembre. Gratuit. Inscriptions et renseignements : tél. 02 99 77 15 13 ou alliages@wanadoo.fr