

La mairie encourage et soutient les Aidants

Rester chez soi, aussi longtemps que possible, est un souhait largement partagé par la majorité de nos congénères. Mais lorsque l'on perd son autonomie, du fait de l'âge ou d'une maladie, c'est souvent grâce aux proches que ce projet reste possible. Ces proches, généralement conjoint ou enfant, ce sont eux que l'on appelle aujourd'hui les Aidants. Aider les « siens », quand ils ne peuvent plus se suffire à eux-mêmes, peut être considéré comme quelque chose de naturel, ou source de fierté. Il n'en reste pas moins que cet accompagnement peut parfois être épuisant, source de doutes et d'isolement. Consciente du problème latent, la municipalité met tout en œuvre pour encourager et soutenir ceux qui aident leurs proches au quotidien. Désormais vous ne serez plus seuls face aux problèmes qui peuvent survenir. « Ainsi, afin de soutenir les Aidants dans leur rôle, la



Aider les personnes dépendantes c'est se sentir utile et fier\L.V..

mairie de Rieupeyroux et la Plateforme d'Accompagnement et de Répit Le Soleil du Causse se sont associés, avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé. Ensemble nous proposons des ateliers pour les Aidants, les jeudis après-midi, et ce à partir du 12 mai. Et en parallèle, une solu-

tion de relais auprès de leurs proches en perte d'autonomie. Aussi, les Aidants se verront proposer une alternance d'activités variées : Des randonnées, accompagnées par l'association Los Passejaires ; Des ateliers Gestes et postures pour apprendre à préserver son dos et ses articula-

tions, avec Siel Bleu ; Des séances de réflexologie ; Un accompagnement psychologique...

Et pour les relayer, un accueil en petit groupe sera proposé pour leurs proches de 13 h 30 à 16 h 30, qui pourront ainsi, eux aussi, voir du monde et faire des activités distrayantes, accompagnés par une Assistante de Soins en Gériatrie. Et pour ceux pour qui cela serait plus adapté, un relais à domicile peut être envisagé », explique le maire Vivian Couderc.

À noter que ces services sont ouverts à tous les aidants de la communauté des communes Aveyron-Bas Ségala Viaur, et sont totalement gratuits ! Les inscriptions sont indispensables.

Contactez sans tarder la Plateforme d'Accompagnement des Aidants au 05 65 29 97 00, pour vous informer et vous inscrire.

JDS