

RENDEZ-VOUS

# Une structure pour aider les aidants

**ARQUES** Le 8 octobre, celles et ceux qui prennent soin d'un proche sont invités à venir prendre soin d'eux-mêmes

**M**ardi 8 octobre à Arques aura lieu la Fête des aidants, organisée par l'ELSAA (Entente locale pour le soutien aux aidants de l'Audomarois), une plateforme qui apporte écoute, soutien, conseils et accompagne ment aux personnes qui prennent soin d'un proche. S'appuyant sur un réseau, elle s'adresse à tous les aidants qui s'occupent d'un proche fragilisé par la maladie ou le handicap, enfant comme adulte. Elsa existe depuis 2014 sur les territoires de la Capso et de la communauté de Lumbres.

Partant du constat que les aidants « prennent tellement soin de l'autre qu'ils oublient de prendre soin d'eux », Elsa a créé la Fête des aidants. Car même si les moments partagés avec la personne aidée sont enrichissants, ils sont aussi parfois épuisants moralement, physiquement, et financièrement. Il arrive que l'aidant s'enferme dans la solitude... Citons l'exemple d'une maman d'enfant porteur de handicap qui doit honorer les rendez-vous médicaux de son enfant, elle peut difficilement concilier sa vie de famille et un travail...

## UNE FÊTE POUR ÉCHANGER ET SE DÉTENDRE

La Fête des aidants - dont c'est la Journée nationale le 6 octobre - sera déclinée dans l'Audomarois mardi 8 octobre, et rassemblera différents intervenants professionnels et associatifs susceptibles d'accompagner les aidants dans leurs démarches. L'accès est gratuit.

Le matin, à 10h à la salle Balavoine, place au théâtre, aux rires et à l'émotion avec la compagnie La belle Histoire et sa pièce intitulée "Ma vie d'aidant, parcours d'ai-

350

C'est le nombre d'aidants suivis par Elsa depuis sa création dans l'Audomarois en 2014. Une soixantaine de personnes ont rejoint gratuitement la plateforme en 2018.

mant". Le spectacle sera suivi d'un débat animé par des professionnels médico-sociaux.

L'après-midi à la salle Devillers, dès 14h place au bien-être avec des stands découverte et de nombreux ateliers détente (naturopathie, sophrologie, shiatsu, massage, musicothérapie, réflexologie, yoga, etc.) : avec à 16h30 un yoga du rire géant. À noter qu'il est possible de se restaurer sur place grâce Aux Délices de Léa. ■ GAILLE LUNISSE  
tél. 06 70 73 70 35.



Elsa milite pour que les aidants s'accrochent aussi un peu de temps.