

Des ateliers de soutien pour les aidants

Saint-Brevin-les-Pins — L'Ehpad Mer-et-Pins accueille des ateliers de soutien aux aidants, pendant neuf semaines. Les sessions sont animées par la coopérative Ma bulle bien-être.

Au-delà du soin qu'elle apporte à son service et à ses prestations, Julie Rivière, directrice de l'Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) Mer-et-Pins, s'investit pour deux sujets majeurs qui lui tiennent à cœur : Aider les aidants et faire de la résidence un espace de vie ouvert sur l'extérieur.

Pour aider les aidants, l'Ehpad participe, en lien avec la communauté de communes Sud estuaire, dans l'ensemble du territoire, à des Cafés des aidants, qui sont des lieux, des temps et des espaces d'information, destinés à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de leur proche. Mer-et-Pins organise également des conférences et des sessions d'information dispensées par des professionnels de l'accompagnement.

« Être bien avec lui même pour être bien avec l'autre »

Pour prolonger son investissement, la structure accueille des ateliers favorisant le bien-être des aidants. Ceux-ci sont pilotés par la coopérative Ma bulle bien-être, composée de trois professionnelles qui interviennent dans les Ehpad du département. Ils sont animés par Nadège Planche, aromaturge, Cécile Landreau, socio-esthéticienne, et Annie Picart, réflexologue.

« Nous visons à permettre à l'aidant, souvent seul dans son action de soutien et de solidarité auprès d'un proche, d'être bien avec lui-même pour être bien avec l'autre », expose Nadège Planche.

Ma Bulle bien-être intervient pour un cycle de neuf semaines, les ven-



Nadège Planche.

PHOTO : OUEST-FRANCE

dredi après-midi, à l'Ehpad Mer-et-Pins, autour des techniques favorisant le bien-être, la détente et la confiance en soi. **« Cette prestation entre bien dans nos valeurs et nos engagements. La première session est ouverte à tous les Brevinois. Nous envisageons d'ores et déjà d'en programmer une seconde dédiée aux aidants de nos résidents »,** complète

Julie Rivière.

Et puis, second pilier de son action sociale, Julie Rivière a fait de sa résidence un tiers lieu, un espace de vie ouvert vers l'extérieur. Les bénévoles de l'association Retz activités interviennent dans la résidence, pour des lectures, des ateliers de loisirs créatifs et de bricolage. L'école de musique procède à des auditions de piano à la

résidence Vent-d'Ouest. Lors de la dernière manifestation, plus de cent personnes ont partagé ce moment festif.

Les vendredis, de 14 h 30, à 16 h, à la résidence Vent d'Ouest. Contact : Nadège Planche : 06 77 17 76 55. Gratuit. Ehpad-mer-et-pins.fr, tél. 02 51 74 71 12.

