

À Martigues, un forum pour les aidants et les aidés

SOLIDARITÉ

Pour prévenir et lutter contre l'isolement des aidants, la Ville de Martigues organise un forum qui leur est dédié ce samedi, à la maison du tourisme.

À fin de prendre soin des autres, il faut savoir d'abord prendre soin de soi. Voilà une idée qui résume la philosophie du forum des aidants et des aidés organisé ce samedi à Martigues. Rendez-vous entre 9h et 18h à la Maison du tourisme, salle Raoul-Dufy, pour cette journée dédiée à ceux qui se dévouent corps et âme pour aider leurs proches à mieux vivre. À midi, le maire Gaby Charroux (PCF), également président du centre intercommunal d'action sociale (CIAS), est attendu.

Pour le programme : trois tables rondes seront organisées. La première se fera en deux sessions, de 10h30 à 11h et de 15h30 à 16h30, pour une conférence sur la nutrition et l'équilibre alimentaire avec le diététicien en santé publique Hugo Fontaine. De 17h à 18h, le public pourra assister à une conférence sur la naturopathie et l'hygiène de vie en présence des membres de l'Association pour l'animation des centres sociaux (AACS). À 12h30, un autre invité politique se rendra sur le forum, le député PCF de la 13^e circonscription des Bouches-du-Rhône, Pierre Dharréville, à qui l'on doit un important travail parlementaire pour aider à l'amélioration du statut d'aidant. De nombreux ateliers gratuits seront aussi proposés tout au long de la journée. De 9h30 à 11h30, l'association « Sur un nuage » pro-



Une journée dédiée à ceux qui se dévouent corps et âmes pour aider leurs proches à mieux vivre.

PHOTO DR / PIXABAY

posera par exemple des massages bien-être adaptés aux personnes dépendantes et à leurs aidants. Les Ateliers d'HLN initieront les volontaires à l'art-thérapie, des sessions de yoga et de méditation seront aussi organisées en partenariat avec l'AACS. Les enfants présents se verront proposer un atelier créatif sur le thème « peindre un autre monde ». Enfin, proposition non négligeable de l'événement, les membres de l'association Le Maillon offriront aux groupes de visiteurs une halte-répit pour les aidés, soit un temps de garde avec des activités proposées aux personnes âgées afin de permettre aux aidants de profiter des ateliers. J.Z.

Renseignements 04.42.41.18.47.

MARTIGUES Randonnée patrimoniale

Créée par des habitants de La Couronne Carro, Saint Pierre et les Laurons, l'association « Martigues, préservons nos espaces naturels tous ensemble » propose une boucle de 12km au départ du Moulin de la Couronne (parking secteur déchetterie) ce dimanche à 9h50 pour sensibiliser aux conséquences très néfastes du projet de poursuite sur 6km en 2x2 voies de la D9 de la Couronne à Lavera. Ce dossier porté par le Département remonte aux années 70. La D9 avait déjà dû passer sur le site néolithique de Ponteau (1^{re} moitié du 2nd millénaire avant J.C.) à côté des ruines du château des Laurons (du XIV^e, inscrit aux Monuments historiques) où, pour le passage de la voie ferrée, il avait déjà fallu passer sur les fondations d'une villa gallo-romaine et déplacer un temple romain du 1^{er} siècle aujourd'hui exposé au jardin Lapidaire. L'asso demande de déprogrammer ce projet du budget du Département et de sortir du PLU ce prolongement de voirie qui violerait un espace naturel vierge.

Géant

Casino

ARLES - ISTRES
HYÈRES
PLAN DE CAMPAGNE
MARSEILLE VALENTINE
AIX-EN-PROVENCE

OUVERT 7J/7

Horaires consultables sur GéantCasino.fr



INCROYABLE RAYON FRUITS ET LÉGUMES

LE PLUS GRAND CHOIX À PRIX CANONS !

OFFRES VALABLES JUSQU'AU DIMANCHE 3 OCTOBRE



LE KG
0€89

Banane Cavendish
Catégorie 1

Origine
Côte d'Ivoire ou Équateur ou Colombie ou France



LA PIÈCE
0€95

Chou-Fleur
Catégorie 1

Origine
France

Les autres rendez-vous de la région

À la veille de la Journée nationale des aidants le 6 octobre, La Compagnie des aidants poursuit la tournée de sa caravane « Tous Aidants » dans 21 villes en France, avec une étape à Marseille du 4 au 6 octobre. L'équipe ira à la rencontre de ces personnes qui prennent soin au quotidien d'un proche fragilisé par la maladie, le handicap, les accidents de la vie ou le grand âge. Le rendez-vous sera fixé au 6, quai des Belges, de 9h30 à 19h, où l'association proposera des informations précises sur le statut d'aidant, des conseils et orientations vers des solutions de proximité, des aides sur les démarches administratives, du soutien moral et de l'écoute... Autre rendez-vous à noter, cette fois dans le Var, le Département sera présent à la 8^e journée départementale des aidants organisée et coordonnée par l'Association des paralysés de France à Draguignan sur le thème de la santé. Tout au long de la journée, le public pourra échanger avec les professionnels de la Maison départementale des aidants. Rendez-vous le 5 octobre, de 9h30 à 17h à la Maison de la jeunesse et des sports, boulevard Marx-Dormoy. L'entrée sera libre et gratuite. J.Z.