



## La journée des aidants du programme *Souffle de Violette*

« *Quelle chance de pouvoir vivre une journée de détente totale, une véritable bouffée d'oxygène grâce à Autour des Williams et au programme Souffle de Violette du Fonds de dotation EREEL !* »

« Ce jeudi 20 février, Christine Salaün Chevalier, Présidente Fondatrice du Fonds de dotation EREEL, m'a accueillie avec 5 autres aidantes

Au programme, matinée chouchouting sous toutes ses formes : tout d'abord petit déj, café, pains au chocolat... pour faire connaissance, suivi d'un soin des ongles, maquillage avec les élèves esthéticiennes, conseil en image avec la douce Alhem et coiffure avec Nicolas Vlaemynck qui a réussi à dompter mes bouclettes. **Autant vous dire que j'étais métamorphosée et totalement zénifiée**

Tout cela nous ayant donné une petite faim, nous avons partagé des pizzas en toute convivialité, le maître mot de la journée !

Sandrine Keiflin conseillère familiale et sexologue nous a rejoint pour une discussion sur les difficultés rencontrées par les aidants : la famille, le couple, la maladie, la sexualité. Des sujets sensibles, abordés de façon tellement chaleureuse et naturelle, que chacune a pu parler librement de ses préoccupations

Ensuite est venu le temps du cours de théâtre avec Ralph, véritable sosie de David Guetta, cours qui s'est finalement transformé en une discussion très intéressante sur la vie de chacune. **On a échangé, on a ri, beaucoup, on a pleuré... c'était vraiment un moment unique chargé d'émotion...**

Christine a ponctué toute la journée avec son peps, son franc parlé emprunt de douceur et surtout sa bonne humeur communicative. C'est

une amie d'Anne-Laure Thomas et je comprends pourquoi !

J'ai hésité avant de me lancer dans cette journée, j'avais l'impression de voler la place de quelqu'un qui en avait sans doute davantage besoin que moi. Christine, les intervenants mais aussi les autres aidants m'ont fait réaliser que oui, j'y avais toute ma place et que moi aussi j'avais le droit de souffler de temps à autre

**Avec du recul, j'ai pris conscience de l'importance de s'accorder un moment, même un tout petit moment, rien qu'à soi au moins une fois par semaine. C'est primordial, non seulement pour soi, pour ne pas s'effacer dans le quotidien mais aussi pour le reste de la famille. Quand on se sent bien, il y a retentissement sur toute la famille...**

Christine m'a demandée de vous passer un message : que vous soyez homme ou femme, si vous avez envie de participer à une journée des aidants, n'hésitez pas à vous manifester auprès de l'association ! Vous y avez toute votre place ! Pour les personnes venant de province, les billets de trains sont remboursés et de nombreux petits cadeaux vous attendent !

**La prochaine journée aura lieu le lundi 24 avril. Je vous conseille vraiment d'y aller. Oubliez vos craintes, lancez vous !!! Vous en ressortirez non seulement sublimés de la tête au pied mais aussi tellement reboostés et légers ! »**

Clara Legavre, maman de Basile, 13 ans SW, Anatole 10 ans et Honoré 3 ans

