

6 oct.
2020



**JOURNÉE
NATIONALE**
des
aidant.e.s

« Je faisais la toilette à ma mère, je ne me suis
jamais posé la question »

« Je ne suis pas seulement son mari, je suis aussi son infirmier »

**Aidants,
et si on en parlait,
et si on vous aidait ?**

La Journée Nationale des Aidants

Le 6 octobre 2020 de 13h00 à 18h30

Un évènement 100% numérique !

Réservation obligatoire au 04 79 33 62 62

organisée par



GRATUIT



EHPAD « Les Blés d'Or »



CCAS de BARBERAZ



être utile aux autres autant qu'à soi



La Journée Nationale des Aidants 2020

Mardi 6 octobre 2020, 13h-18h30

Évènement 100% numérique !



Programme

L'ensemble de la programmation est en ligne, pour en bénéficier :
inscription obligatoire : <https://forms.gle/gXJo4g9LMiXqMdje7>

❖ **Sophrologie 13h10 – 13h50**

Commencez la journée par le lâcher-prise !

→ **Inscrivez-vous** pour bénéficier d'une séance de sophrologie en visio !

❖ **Acteurs du territoire : quels soutiens ? 14h-14h20**

Qui peut vous soutenir ? Pour faire quoi ? Les acteurs du territoire se présenteront à vous et vous expliqueront leur rôle à vos côtés.

→ **Visionnez la vidéo** en direct et en différé sur le compte Facebook live « ASH Accueil Savoie Handicap »

❖ **Table-ronde : « Protéger sans isoler » 14h20 – 16h**

Eclairés par les propos du philosophe Gérard Guièze, des aidants dans différentes situations témoigneront autour de la thématique

« Aidants-proches, quelles vulnérabilités ? Protéger sans isoler ».

→ **Visionnez la vidéo** en direct et en différé sur le compte Facebook live « ASH Accueil Savoie Handicap »

❖ **Ateliers d'écriture 16h15 ou 17h30, ateliers de 45 minutes**

Écrire pour s'amuser, s'évader, rêver, se confier et se libérer du poids des soucis, autant de voies vers l'écriture créative que vous dévoilera cet atelier.

→ **Inscrivez-vous** pour un atelier d'écriture en visio !

❖ **Sophrologie 16h30, 17h20 ou 18h, séances de 40 min**

Prendre soin de soi, lâcher-prise, cela s'apprend...

→ **Inscrivez-vous** pour une séance de sophrologie en visio !

Pour s'inscrire : 04 79 33 62 62

La Journée Nationale des Aidants 2020

Mardi 6 octobre 2020, 13h-18h30

Evènement 100% numérique !

Inscription en ligne : <https://forms.gle/gXJo4g9LMiXqMdje7>

ou renvoyez ce bulletin :

- **Par mail** : aidants@ash73.com (scannez ou prenez en photo ce document)

- **Par voie postale** : Manon GARDE, Accueil Savoie Handicap

261 route de la Doria, BP 20021 - 73232 Saint Alban Leysse Cedex

- **Ou par téléphone, au 04 79 33 62 62**

Bulletin d'inscription

Date d'inscription :

Comment avez-vous eu connaissance de cet évènement :

Identité

Nom, Prénom :

J'accompagne un proche en situation de : handicap / grand âge / maladie

Contact téléphone

Contact email :

Participation à la Journée Nationale des Aidants

! Inscription obligatoire !

Je souhaite participer à :

La présentation des acteurs du territoire (14h)

La table-ronde autour de la thématique « Aidants-proches, quelles vulnérabilités ? Protéger sans isoler » (14h20-16h)

Un atelier d'écriture (si oui, préciser sur quel créneau horaire) :

16h15-17h

17h30-18h15

Une séance de sophrologie (si oui, préciser sur quel créneau horaire) :

13h10-13h50

16h30-17h10

17h20-17h50

18h-18h30

Pour plus d'informations : 04 79 33 62 62