

ALSACE

CONSEIL DÉPARTEMENTAL  
**BAS-RHIN**

 **accompagner**  
CHAQUE BAS-RHINOIS

# MOIS DES aidants

SEPTEMBRE - OCTOBRE 2018

## **FORUM DES AIDANTS « AID'ÉMOIS » Etre aidé lorsque l'on aide un proche**

Hôtel du Département, place du Quartier Blanc à Strasbourg  
**Tout public : aidants/aidés**

**Possibilité d'accueil de la personne aidée au sein des Accueils de Jour  
Services gratuits, sur inscription (minimum 48 heures avant)**

« Jacques Bô et Margot Cohn » de Strasbourg le vendredi après-midi  
Tél. : 03 88 38 08 85

« les Madeleines » de Lingolsheim le samedi journée  
Tél. : 03 88 78 62 71

**Inscription au forum** (places limitées):

[www.bas-rhin.fr/inscription-forum-aidants](http://www.bas-rhin.fr/inscription-forum-aidants)

Pour toute question, merci de contacter le : 03 68 33 80 45 ou 03 69 20 75 92  
par mail à : [autonomie.ems@bas-rhin.fr](mailto:autonomie.ems@bas-rhin.fr)

**Vendredi 5 octobre 2018  
14H00 – 17H00**

**Stands d'informations, exposition photos, mur d'expressions, DiamanTic**  
(démonstrateur d'aménagement du logement du CEP CICAT)

**14h : Ouverture par Frédéric Bierry, Président du Conseil départemental du  
Bas-Rhin**

**CONFÉRENCE « LES ÉMOTIONS AU COEUR DE LA RELATION D'AIDE »**

Valoriser la fonction d'aidant, donner un sens à ce qui est vécu, y apporter une image positive.

**Intervenants : J.Pélissier**, écrivain, formateur et chercheur en psycho-gérontologie,  
**JG.Béllier**, formateur psychopraticien et conférencier



ALSACE



accompagner  
CHAQUE BAS-RHINOIS

# MOIS DES aidants

SEPTEMBRE - OCTOBRE 2018

**SAMEDI 6 OCTOBRE 2018**  
**-10h -17h**

**10H30-12H : TABLE RONDE « BOULOT, RÉPIT ?, DODO ! »**

Comment concilier vie familiale, professionnelle et la place d'aidant ?

**10H30-12H : « CAFÉ DES AIDANTS »**

« Peut-on aider tout en respectant la liberté de l'autre ? »

**10H30-12H : « LES ÉMOTIONS AU CŒUR DE LA RELATION D'AIDE »**

Expérimenter la transformation des émotions, exercices pratiques

**13H30-14H30 : CINÉ-DÉBAT**

Projection du film-documentaire « Aidants » : Echange autour du besoin de répit, des solutions d'accompagnement et de repos

**ATELIERS « BIEN-ÊTRE » A 10H30- 13H30 -15H**

Des ateliers d'initiation : danse thérapie, réflexologie plantaire, sophrologie, Shiatsu, Amma assis, réflexologie, relaxation sur chaise, méditation, Toucher

**ATELIERS « A LA RENCONTRE DU 3ème ÂGE »** : Découvrir la combinaison de simulation du vieillissement (GERT)

**ATELIERS « CHANTER ENSEMBLE » 15H30** durée 1H : Le chant pour s'évader !

**ATELIERS « BOUGER ENSEMBLE »** : Activité physique adaptée, exercices simples