

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

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

**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