

Journée Nationale des Aidants

Samedi 6 octobre 2018

de 9h00 à 17h30

Salle de La Moutète et Centre Socio-Culturel d'ORTHEZ

Aidants : lâchez-vous, pensez aux relais !

Théâtre

**Conférence
Débat**

Repas
(11€ sur
Inscription*)

**Ateliers
et stands**



Entrée libre et gratuite

Informations auprès du

Centre de Ressources Béarn-Adour 07.71.72.14.83

*Inscription pour le repas à envoyer par chèque avant le 21 septembre à l'ordre de **CAMARCA-AGRICA**

Camarca-Agrica - à l'attention d'Edith SOULIE - Immeuble Le Millénium 12 quai Queyries 33000 Bordeaux

Centre de Ressources
Béarn-Adour
Etablissements de Couloume
Sauveterre de Béarn

ars
Agence Régionale de Santé
Nouvelle Aquitaine

PYRENEES
ATLANTIQUES
REGATATLANTIQUE

Governet
Bidaize
COORDINATION GERONTOLOGIQUE

Centre
socio-culturel
ORTHEZ
Sainte-Suzanne

Action sociale Agrie-Arro
Comité régional de coordination
Aquitaine

ms
santé
famille
retraite
services

Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
Sud Aquitaine

FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
64 PYRENEES-ATLANTIQUES

G.I.A.P.A.

Carsat
Retraite
& Santé
au travail
Aquitaine



« Aidants : lâchez-vous, pensez aux relais ! »

Le samedi 6 octobre 2018 de 9h00 à 18h00 (entrée gratuite)

Salle de la Moutète et Centre Socio-Culturel d'ORTHEZ

Salle de la Moutète – Place de la Moutète – 64300 ORTHEZ

PROGRAMME DE LA JOURNEE

9h00 : Café d'accueil à la salle de la Moutète

9h30 : Ouverture de la journée

10H00 - 12H00 THEATRE DEBAT à la salle de la Moutète

10h00 – 11h00 : Spectacle « Mathilde, Jacques et les autres... »

- Compagnie Vol de Nuit.

11h00 – 12h00 : Table ronde

« Comment gérer l'épuisement, où chercher de la ressource ? Comment prendre soin de soi pour accompagner son proche dans de bonnes conditions ? »

- Modérateur : Thierry MENEAU, juriste, ISPED, Université de Bordeaux.

Intervenants :

- Docteur Florence MARTIN, médecin directeur du Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC-ARRCO
- Mélanie VIDREQUIN, psychologue du Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC-ARRCO
- Véronique CABÉ, Conseillère en Economie Sociale et Familiale de l'Association Gaves et Bidouze
- Caroline BUROSSE, coordinatrice du Centre de Ressources Béarn-Adour

12h00 – 14h00 REPAS SUR INSCRIPTION (11,00€) à la salle de la Moutète

Chiprons à l'Américaine - rôti de bœuf et pâtes - salade et fromage - éclair au chocolat - Café, pain et eau

Inscription : 11,00€ par chèque à l'ordre de CAMARCA AGRICA avant le vendredi 21 septembre 2018
Adresse : Camarca-Agrica - à l'attention d'Edith SOULIE - Immeuble Le Millénium 12 quai Queyries 33000 Bordeaux

14h00 – 17h30 ATELIERS ET MINI CONFERENCES au Centre Socio-Culturel

14h15 et 15h15 : **Conférence** – salle polyvalente

« Etre aidant et préserver son capital santé »

Préserver sa santé, être attentif aux signes de fatigue physique et psychique, être attentif à son sommeil.

Intervenants :

- Docteur Florence MARTIN, médecin directeur du Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC-ARRCO,
- Mélanie VIDREQUIN, psychologue du Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC-ARRCO,

A partir de 15h00, ateliers d'une durée de 40 minutes :

- Form'Equilibre et Form'Bien Etre
- Présentation du dispositif « café pour les aidants »
- Socio-esthétique
- Relaxation
- Yoga du rire

Inscription le jour de la manifestation

10H00 - 17H30 : RENCONTRE DES PROFESSIONNELS SUR LEUR STAND à la salle de la Moutète

- Bus numérique de la CARSAT sur le parking
- Le Conseil Départemental des Pyrénées-Atlantiques,
- CARSAT – MSA,
- AGIRC-ARRCO – Centre de Prévention Bien Vieillir,
- Association Gaves et Bidouze et Centre de Ressources Béarn-Adour,
- CIAPA,
- Téléassistance (Présence Verte et Europe Assistance),
- ASEPT,
- Lions Club Orthez Béarn des Gaves,
- France Alzheimer