

Animations & Ateliers

Se familiariser aux soins de la personne

Atelier technique lever, coucher, toilette, habillage...
proposé par les élèves de la filière SAPAT du Lycée
d'Enseignement Professionnel Agricole (LEPA) de Barbezieux

Gérer ses émotions et son anxiété avec la cohérence cardiaque

Proposé par l'ASEPT

Gérer son stress avec la sophrologie

Proposé par Christine BOTTON : 2 ateliers découverte : 10h-14h15

Pratiquer la gym douce

Proposé par Siel Bleu - 3 ateliers découverte (9h30 / 11h30 / 13h30)

Expérimenter la navigation sur tablette numérique

Proposé par l'UNA Charente - Vienne

Apaiser ses tensions avec le massage des mains

Proposé par les élèves de la filière SAPAT du LEPA de Barbezieux

S'initier à la technique d'automassage japonais Do In

Proposé par Jacques MAZILIE

Coopérer entre pairs pour s'épauler et se soutenir avec méthode

Proposé par Magalie HALLEY et la Plateforme des aidants

Massage bien-être

Proposé par Hélène Mouillac

Espace d'accueil éphémère

Adapté aux proches en perte d'autonomie, l'espace d'accueil éphémère est encadré par des professionnels des accueils de jour du secteur de Cognac. Ouvert entre 9h et 12h et 13h30 et 18 h pour passer un moment de convivialité et avoir la possibilité de pratiquer la poterie avec Patrick Dumas, potier.

Renseignements : 05 45 66 13 32



FORUM des aidants



**Vous prenez soin d'un proche
au quotidien ?**

**Venez rencontrer les acteurs
de l'accompagnement !**

Mardi 11 février 2020 - de 9h à 18h

Centre des Congrès la Salamandre
16 rue du 14 juillet - 16100 Cognac

11h : « Aime moi mémoire » : spectacle proposé
par la compagnie Créasons

15h : « Mathilde, Jacques et les autres » : spectacle proposé
par la compagnie Vol de nuit suivi d'un échange débat
animé par M. JJ AMYOT, psycho-sociologue

Entrée gratuite, tout public

Renseignements : 05 45 20 57 51
joelle.rassat@n.aquitaine.mutualite.fr

Espaces d'information et d'animation de 9h à 18h

ADMR 16

Réseau associatif de services à la personne, aide au répit

AGIRC-ARRCO - Retraite complémentaire

L'action sociale Agirc-Arrco s'engage à favoriser l'autonomie des personnes âgées et soutient les aidants.

Association Familiale de la Charente

Accompagner et soutenir les activités au quotidien

AIDADOM CRF

Des solutions à domicile, service prestataire, service mandataire et téléassistance.

APF FRANCE HANDICAP - Service d'Accompagnement à la Vie Sociale

Agir pour améliorer la situation des personnes atteintes de déficience motrice. Soutien à leur entourage

Les Hôpitaux de Grand Cognac

Des compétences pluridisciplinaires pour l'accompagnement et la prise en soins des personnes.

Cep'Age - Cognac ville amie des aînés

Des activités dynamisantes pour les seniors, une démarche participative au service du bien vivre ensemble

COLLECTIF INTER-ASSOCIATIF DE SOUTIEN AUX AIDANTS (CASA)

Ecoute, séjour Aidants - Aidés Solutions de répit d'urgence

CONSEIL DEPARTEMENTAL DE LA CHARENTE

Informations, orientations, évaluations, prestations

CONSEIL DEPARTEMENTAL DE LA CITOYENNETE ET DE L'AUTONOMIE 16

Information et accès aux droits des personnes âgées et de leurs aidants

FRANCE ALZHEIMER CHARENTE

Soutien et formation des familles de malades, Information de l'opinion et des pouvoirs publics

FRANCE ASSOS SANTE

Information, Défense des droits des usagers du système de santé

FRANCE PARKINSON

Information-sensibilisation-soutien aux personnes atteintes d'une maladie de Parkinson et à leurs proches

Info 16

Informations et ressources pour tous

LIGUE CONTRE LE CANCER (CD 16)

Soutien à la recherche, aide aux malades et à leurs proches

LYCEE PROFESSIONNEL AGRICOLE FELIX GAILLARD

Formation S.A.P.A.T. - Service Aux Personnes et Aux Territoires

MOBILISATION NATIONALE CONTRE L'ISOLEMENT DES PERSONNES AGEES (MONALISA)

Prévention de l'isolement des personnes âgées dans une dynamique de mobilisation citoyenne

MUTUALITE FRANÇAISE CHARENTE-SPASAD Mutualiste

Services de soins, d'accompagnement, de répit et de prévention pour les aidants et les personnes qu'ils accompagnent

MSA-ASEPT

Prévention-Information- sensibilisation-soutien

Plateforme des aidants du Sud et de l'Ouest Charente

Des services d'accompagnement et de répit pour les aidants

Plateforme Territoriale d'Appui

Informations aux patients et à leurs familles, coordination des parcours complexes, soutien aux initiatives des professionnels

RCF Charente

Radio Locale et Associative du réseau national RCF

RESANTE VOUS

Conseils et Sensibilisation à l'aménagement du domicile

SIEL BLEU

Activités physiques adaptées en groupe ou à domicile

SOLUTIONS DE REPIT

Accueils de jour et hébergements temporaires : les connaître vraiment !

UNION DEPARTEMENTALE DES ASSOCIATIONS FAMILIALES DE LA CHARENTE

Médiation familiale intergénérationnelle et Information et Soutien aux Tuteurs Familiaux (ISTF)

UNA CHARENTE -VIENNE

Actions de prévention et de formation, aides et solutions personnalisées pour les aidants

VISITE DES MALADES EN ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS (VEMH)

Visites et soutien aux personnes hospitalisées et vivant en EHPAD