



Pas sans
**LES 11
MILLIONS**
d'aidants

Forum Journée Nationale des Aidants
6 octobre 2022 - 9h30-18h

5-7 place Armand Carrel, Mairie du 19^e

Gratuit, ouvert et accessible à tous

Vous aidez un proche, un voisin, un ami en situation de handicap, âgé, dépendant? Alors retenez la date du 6 octobre 2022 pour le forum de la Journée Nationale des Aidants 2022 à la Mairie du 19^e arrondissement! Seront présents sur l'ensemble de la journée de nombreux partenaires qui pourront vous apporter des solutions de soutien, d'accès au répit, d'accès aux droits. De nombreux stands, ateliers et conférences vous seront proposés!

Journée Nationale des Aidants - 9h30 - 18h

Ateliers/Animations/Conférences :

• **De 9h30 à 10h30 : Conférence**
« Le répit de l'aidant, comment se préserver en tant qu'aidant » par Delta 7 (Salle du Conseil)

• **De 9h45 à 10h45 : Conférence**
« Comment faire pour qu'aider ne rime plus avec précarité ? Le cas des femmes aidantes » animée par le Collectif Je t'aide. (Salle du Bar)

• **De 10h35 à 11h35 : Conférence**
« La santé de l'aidant » par Delta 7 (Salle du Conseil)

• **De 11h40 à 12h40 : Conférence**
« Les Aides existantes pour les aidants » par Delta 7 (Salle du Conseil)

• **De 11h à 12h30 : Animation**
« Café des aidants » par APATD, moment d'échanges, d'informations et de rencontres, co-animé par un travailleur social et un psychologue (Salle du Bar)

• **De 14h30 à 17h30 : Atelier**
« Sensibilisation à l'autisme » par le CRAIF, expérimentation des situations qui s'apparentent à celles que peuvent vivre au quotidien les personnes avec Trouble du spectre de l'autisme (Salle du Bar)

• **De 14h30 à 15h30 : Atelier**
« Conscience du corps en mouvement » par l'EPOC, démonstration méthode douce pour mieux connaître son corps, prendre conscience et exprimer ses sensations, apprendre à se relaxer et retrouver son dynamisme (Salle du Conseil)
Attention : nécessite un tapis de sol

• **De 15h45 à 17h : Conférence**
« Aider, s'entraider, veiller sur l'autre : le modèle de Vieillissons Autonomes Solidaires » par Vieillissons Autonomes Solidaires (Salle du Conseil)

Stands (Salle des fêtes) :

- CRAIF
- Delta 7
- Espace Parisien des Solidarités du 19^e arrondissement de Paris
- Ma Boussole Aidants
- Assurance Maladie de Paris
- Maison des Aînés et des aidants Paris Nord Est
- APATD
- La Compagnie des Aidants
- EPOC
- Psys du Cœur
- Association Massage Co Vision
- Fondation Maison Des Champs / Carrefour des Solidarités

(Stands et arbres à souhaits, papothèque, massages et séances de sophro-relaxation, mur d'expressions, conseils numériques...)

