

# Journées Gardoises des Aidants

*(cliquez pour atteindre la page souhaitée)*

<b>ALES CEVENNES_15aine des Aidants</b>	<i>Page 2</i>
<b>ANDUZE_Projection Film "Chamboultout"</b>	<i>Page 3</i>
<b>BAGNOLS SUR CEZE_ Journée Bien-être des Aidants</b>	<i>Page 4</i>
Bagnols/Cèze_Programme & Inscription	<i>Page 5</i>
<b>LE GRAU DU ROI_Rencontre Echange "Être Aidant Aujourd'hui"</b>	<i>Page 6</i>
<b>LE VIGAN_Forum des Aidants</b>	<i>Page 7</i>
<b>NIMES_Journée des Aidants</b>	<i>Page 8</i>
<b>ROCHEFORT DU GARD_Journée des Aidants</b>	<i>Page 9</i>
<b>UZES_Fête des Aidants</b>	<i>Page 10</i>



# "Bien avec moi, mieux avec toi !"

## Inauguration de la première quinzaine des Proches Aidant(e)s

DU TERRITOIRE PAYS CÉVENNES

Théâtre forum  
Stands d'informations

**Jeudi 06 octobre 2022**  
**13h30 à 17h30 – Entrée libre**  
**Espace Alès Cazot**  
14 Rue Jules Cazot – 30100 Alès

### PROGRAMME AU DOS



**CONTACT :**  
Maison des Aidants Porte des Cévennes  
06.47.21.24.67 ou [maisondesaidants.gc@filieris.fr](mailto:maisondesaidants.gc@filieris.fr)



**Un week-end détente, des moments de bien-être à gagner !**

### PREMIERE QUINZAINE



# Journée de lancement

**Jeudi 06 octobre 2022 de 13h30 à 17h30**

Accueil | Représentation théâtrale | Témoignages  
Situations vécues | Stands d'informations  
Espace Alès Cazot  
14 rue Jules Cazot – 30100 Alès

## Programme du 08 au 22 octobre

**Samedi 08 octobre de 14h30 à 17h**

**Diffusion du film « Chamboulout »**  
suivi d'un goûter partagé  
Salle des Casernes – Espace Pélico  
30140 Anduze

**Jeudi 20 octobre de 09h à 12h**

**Stand d'information**  
Maison des Aidants Porte des Cévennes  
Marché de Bessèges

**Lundi 17 octobre de 13h30 à 15h ou de 15h30 à 17h**

**Yoga du rire**  
Dans les locaux de l'IME de Rochebelle  
Unapei30  
201 rue du Mont Ricateau, 30100 Alès

**Jeudi 20 octobre de 14h à 16h**

**Café des Aidants – BONJOURS**  
Maison des Aidants Porte des Cévennes  
Place des Martyrs de la Résistance, 30100 Alès

**Mardi 18 octobre de 10h à 12h ou de 14h30 à 16h30**

**Du sourire au rire**  
Dans les locaux de la Maison des Aidants  
7 rue Abbé Masson, 30110 La Grand'Combe

**Vendredi 21 octobre de 09h à 12h**

**Portes ouvertes**  
Dans les locaux d'ARTES  
184 Avenue des maladreries, 30100 Alès

**Mercredi 19 octobre de 09h à 12h**

**Les Nez Docs**  
Dans les locaux de l'EHPAD LABAHOUE  
350 chemin du Château, 30140 Anduze

**Vendredi 21 octobre de 09h à 12h**

**Atelier socio-esthétiques**  
Dans les locaux de l'A.P.S  
120 rte de Montèze, 30380 St-Christol-Lès-Alès

**Mercredi 19 octobre de 14h à 17h**

**Répétition partagée aidants/aidés**  
Dans les locaux de l'EHPAD MONTVAILLANT  
261 route de Gaujac, 30140 Boisset-et-Gaujac

**Vendredi 21 octobre de 14h à 17h**

**Conférence santé**  
**Action prévention-santé**  
Dans les locaux de la MSA  
4 chemin des Caves, 30340 St-Privat-des-Vieux

**Jeudi 20 octobre de 10h à 17h**

**Journée détente**  
Dans les locaux de l'EHPAD « Les Jardins de Saint-Hilaire »  
131 chemin de Camp Ardon,  
30560 Saint-Hilaire-de-Brethmas

**Samedi 22 octobre de 11h45 à 14h**

**Déjeuner des proches aidants**  
Espace Abbaye  
Place de l'Abbaye, 30100 Alès

### Vendredi 21 octobre à partir de 17h30

Maison des Aidants Portes des Cévennes  
Place des Martyrs de la Résistance, 30100 Alès

## Apéritif concert

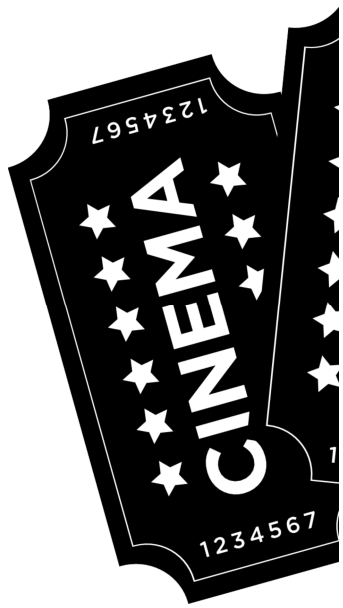




**Vous accompagnez au quotidien une personne dépendante et/ou en situation de handicap?**

**Nous vous invitons à la projection du film Chamboultout : Samedi 8 octobre de 14h30 à 16h suivi d'un goûter offert par la Maison des aidants**

**Entrée libre et gratuite**

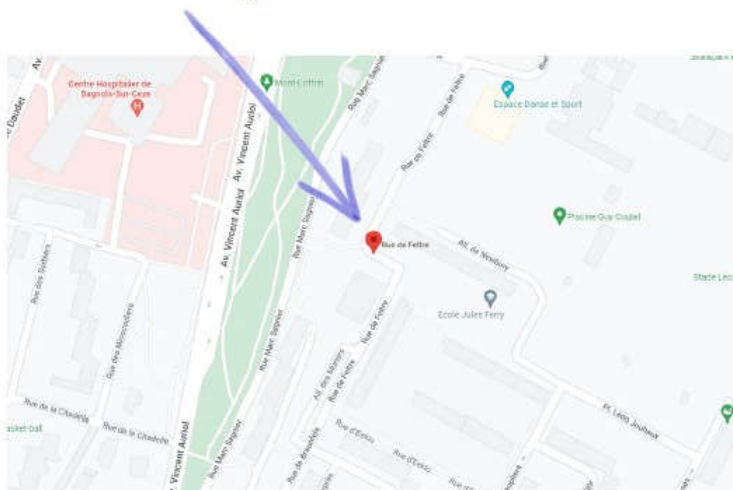


**Salle des Casernes-Pélico  
30140 Anduze**



## Salle multiculturelle

Rue Racine 30200 Bagnols-sur-Cèze



**JEUDI 13 OCTOBRE 2022**

**VOUS VENEZ EN AIDE À UN PROCHE EN  
SITUATION DE DÉPENDANCE OU DE  
HANDICAP DANS LA VIE QUOTIDIENNE**

**Préservez votre santé pour mieux aider**



**« Journée bien-être des aidants »**

**Salle multiculturelle de 9h à 16h00  
Rue Racine 30200 Bagnols-sur-Cèze**



# Programme de la journée

9h-16h

*Cette année, l'ensemble des professionnels ont souhaité vous proposer des activités de bien-être et de loisirs*



## Espace Bien-être

Qi Gong - Manucure -  
Massage - Yoga du rire  
vous attendent



## Atelier Aquarelle

## Espace Numérique

L'équipe de la médiathèque de la ville de Bagnols-sur-Cèze sera sur place pour vous guider et vous aider à dompter l'informatique



*Voici quelques exemples d'activités qui seront accompagnés de bien d'autres surprises !!!!*

*Comme chaque année, vous aurez la possibilité de vous restaurer gratuitement sur place.*

Matin

Qi Gong	<input type="checkbox"/> 10h00	<input type="checkbox"/> 10h40	<input type="checkbox"/> 11h15			
Yoga du rire	<input type="checkbox"/> 10h00	<input type="checkbox"/> 10h40	<input type="checkbox"/> 11h15	<b>Après-midi</b>		
Aquarelle	<input type="checkbox"/> 10h00	<input type="checkbox"/> 10h40	<input type="checkbox"/> 11h15	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00
Manucure	<input type="checkbox"/> 10h00	<input type="checkbox"/> 10h40	<input type="checkbox"/> 11h15	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00
Massage	<input type="checkbox"/> 10h00	<input type="checkbox"/> 10h40	<input type="checkbox"/> 11h15	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00
			<b>Lithothérapie</b>	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00
			<b>Neurofeedback</b>	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00
			<b>Peinture sur galets</b>	<input type="checkbox"/> 14h00	<input type="checkbox"/> 14h30	<input type="checkbox"/> 15h00

*Et autres animations à découvrir tout au long de la journée : music care, jeux «santé », découverte des aides techniques, espace numérique...*



**JOURNÉE  
NATIONALE**  
des  
**aidants.es**

## Bulletin d'inscription

A retourner avant le :

Lundi 19 septembre 2022

Mme/Mr :

N° de Téléphone

Mail :

Participe à cette journée

Nombre de personne : .....

Participe au repas

Nombre de personne : .....

Plateforme des aidants

5 rue Jacqueline Bret-André

30200 Bagnols-sur-Cèze

Tel: 04 66 79 79 46

# ÊTRE AIDANT AUJOURD'HUI

Moment d'échange et de  
convivialité organisé par  
le CCAS de Le Grau-du-Roi

Rendez vous le 21 octobre  
salle Christophe Colomb 16 rue de  
l'Égalité de 14h30 à 17h  
Accueil des participants dès 14h

En partenariat avec  
**Bonjours** Groupe Présence 30  
**France Alzheimer** Gard  
**Ligue** contre le **Cancer** Gard  
**Monalisa** Gard

Josiane Gourdel: 06 15 21 57 84





Qu'est-ce qu'un Aidant ?  
Comment vit-on le fait d'être aidé ?  
Quels sont les soutiens possibles ?



Forum des AIDANTS  
Salle Lucie Aubrac -Le Vigan  
Le 05 octobre 2022 de 10h à 17h

**VENEZ NOUS RENCONTRER.**  
Nous échangerons ensemble  
des projets à venir sur le Territoire



## ANIMATIONS

- Atelier Informatique
- Litho-thérapie & Art-thérapie
- Animation réalité virtuelle
- Café des Aidants
- Simulateur de vieillissement (sur inscription)
- «Guinguette» à 15h30

POUR PLUS D'INFOS  
Contacter La Passerelle  
04.67.69.08.72  
@: aidants@mas-cavillac.com  
Fb: Passerelle Aidants



# JOURNÉE DES AIDANTS

UN ÉVÉNEMENT POUR, PAR ET  
AVEC LES PROCHES AIDANTS !

**6 OCTOBRE 2022**

Ateliers de détente, stands  
d'information et animations festives vous  
seront proposés tout au long de la  
journée !



INFORMATION

RENCONTRES

&

DÉTENTE !

ÉCHANGES

DE **09H30 À 19H30**  
À L'ESAT OSARIS  
DOMAINE DE LA BASTIDE, 30900 NÎMES

Pour tout renseignement,  
Fondation i2ml : 06 36 20 88 32 et ADAO : 07 66 40 40 16  
ou par mail à l'adresse suivante : [aidants@grand-nimes.fr](mailto:aidants@grand-nimes.fr)



AGENTS COMPLÉMENTAIRES  
agirc-artco



i2ml  
INSTITUT  
NATIONAL  
DE LA SÉNIORITÉ



## LE PROGRAMME

A LA DÉCOUVERTE DE TEMPS POUR MOI

De 10h00 à 17h00, des ateliers bien-être et stands  
d'information !

Les temps forts de la journée (à ne pas rater !) :

**9h30** : Accueil du public

**10h00 - 10h30** : Moment inaugural

**11h00** : Apéro guinguette

**12h00 - 14h00** : Déjeuner (food trucks)

**16h30** : Annonce des gagnant(e)s Tombola des aidants

À partir de **17h30**, prolongation spéciale de l'événement  
à destination des proches aidants salariés **jusqu'à 19h30** :

Un apéritif dinatoire est proposé (sur inscription)\*

**Ateliers bien-être** : lithothérapie, aromathérapie, relaxation  
sonore, socio esthétique, art thérapie, musicothérapie,  
réflexologie, massages, bien-être par le mouvement, Qi Gong,  
sophrologie...

..ainsi que des jeux géants en bois, défis sportifs et ludiques  
(sumo, biathlon, boccia), caravane photo d'antan... **et des  
surprises !**



# JOURNÉE DES AIDANTS

## 4 OCTOBRE 2022

Prendre soin de soi,  
pour prendre soin de l'Autre

Ateliers  
découverte

Informations

Échanges

[www.sidscavar.com](http://www.sidscavar.com)

Base de Loisirs  
"Les Cigales"

3201, route d'Avignon  
30650 ROCHEFORT DU GARD  
de 9h00 à 16h30



# JOURNÉE DES AIDANTS

## 4 OCTOBRE 2022

### PROGRAMME

9h00	<b>Accueil</b> P'tit déj convivial
9h30	<b>Scénettes « Chacun son rôle » - Tôtout'arts</b> <b>Présentation de la journée</b> <b>Prise de parole officielle</b> SIDSCAVAR et Conseil Départemental du Gard
10h00	<b>Ateliers</b> (Inscription souhaitée, places limitées) Cuisine – « création loufoque » Vélo Escalade
12h00	<b>Repas convivial offert</b>
13h30	<b>Ateliers</b> (Inscription souhaitée, places limitées) Sophrologie Réflexologie Médiation animale
15h00	<b>Théâtre forum</b>
16h30	Clôture de la journée

#### Interventions en continu de 10h00 à 15h00 :

- **Point Infos Canapé**  
*Rencontre avec les professionnels spécialisés du sujet*
- **Parcours découverte des aides techniques**
- **Ateliers** - Snoezelen et Music Care (toutes les 20 minutes)
- « **Création loufoque** » - Œuvre collective

Pour participer ou inscrire des proches aidants, merci de nous contacter au 07.55.59.82.53 ou par mail : [seniors@sidscava.com](mailto:seniors@sidscava.com)



