



PROCHES AIDANTS

DEUX TEMPS POUR VOUS

Vous accompagnez et soutenez un proche
en situation de handicap ou de fragilité

VOUS ÊTES LÀ POUR ELLE ? VOUS ÊTES LÀ POUR LUI ?
NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS !

Journée du Jeudi 7 Novembre 2024



Soirée du Jeudi 28 Novembre 2024

 Avenue du Château, AMPUIS

Journée et soirée gratuites

Inscription préalable auprès de L'AIAD

04 74 78 74 78

  aiad@aiad-regioncondrieu.fr

Possibilité d'accueillir votre proche
sur inscription pour la journée du
7/11 (places limitées)

AU PROGRAMME

Jeudi 7 Novembre 2024

Salle polyvalente , Ampuis

9h30-12h30

Accueil

Scénettes théâtrales sur l'aidance par la Compagnie 13ieme Cri, temps d'échange

12h30-13H30

Repas offert

13h30-17H00

Temps individuels : réflexologie, découverte de l'ostéopathie, toucher détente, modelage des mains, aquarelle
Temps collectifs : Relaxation , Je me centre sur moi.

Espaces d'information à disposition.

Soirée du Jeudi 28 Novembre 2024

Salle des mariages , Ampuis

17h30-18h00

Accueil

18h00-19h30

“Aidants , votre santé: si on en parlait?”

19h30-21H00

Temps collectifs: évaluation des tensions, propositions de relaxation , détente
Temps d'échange et collation offerte.

Prenez ces temps pour vous et venez rencontrer d'autres aidants

