

TABLE RONDE

Avant de craquer, prendre soin de soi sans culpabiliser

Regards croisés d'aidants et de professionnels.

De 10h00 à 11h00

ATELIER PRATIQUE

Alimentation : entre plaisir et santé

Échanges, composition, dégustation.

De 11h15 à 12h30

DÉJEUNER OFFERT

De 12h30 à 14h00

SPECTACLE THÉÂTRAL DRÔLE ET ÉMOUVANT

Des extraits de situations vécues par les spectateurs seront joués et improvisés en direct par la Compagnie de théâtre AMADEUS ROCKET, accompagné d'un débat animé par **Charlotte Ancey**, psychologue.

De 14h15 à 16h15



Déjeuner gratuit et covoiturage sur inscription.

Besoin d'un **renseignement** ? Besoin d'un **relais** pour veiller sur votre proche, sur place ou à domicile ?

Contactez-nous au **06 24 69 48 25**
ou contact_inscription@mfara.fr

FORUM OUVERT À TOUS



Vous aidez un proche, et vous, qui vous aide ?

Stands • Ateliers • Table ronde • Expositions • Spectacle théâtral



Judi 3 juillet 2025
De 9h30 à 16h30
Entrée libre et gratuite



Salle polyvalente Paul Perrier
Rue de Cettier
73300 Villargondran



Que vous soyez proche aidant, aidant familial, aidant professionnel, ou simple curieux, venez découvrir les services et associations qui proposent des actions ou du soutien aux aidants, seniors et personnes en situation de handicap.

STANDS EN ACCÈS LIBRE DE 9H30 À 14H00

→ M'INFORMER, PARTAGER, ME FORMER

→ ÊTRE ACCOMPAGNÉ ET SOUTENU

(répit, soutien ; à la maison, en accueil de jour, en hébergement temporaire)

→ PRENDRE SOIN DE SOI

→ **GUICHET OUVERT** pour vous aider à déposer une demande de soutien à l'autonomie à domicile

STAND N°1

→ **Addiction alcool Vie libre**

Soutien aux aidants confrontés à l'addiction d'un proche.

STAND N°2

→ **ADMR : Pour tous, toute la vie, partout**

Avec les associations locales ADMR et les SSIAD de la vallée de la Maurienne.

→ **Massage assis et toucher massage.**

STAND N°3

→ **AGIRC-ARRCO Action Sociale**

Aides individuelles et collectives.

STAND N°4

→ **AMICIAL**

Vous êtes là pour les aimer, nous sommes là pour les aider !

STAND N°5

→ **Bulle d'air**

Interventions de répit pour soulager un aidant qui accompagne son proche fragilisé par l'âge, le handicap ou la maladie.

STAND N°6

→ **APF France Handicap**

→ **Communauté 360 Savoie**

→ **Deltha Savoie**

→ **PAM73 : plateforme aidants multiservices**

→ **UDAPEI**

Accueil, orientation et accompagnement d'adultes et d'enfants en situation de handicap et de leurs proches aidants. Présentation d'outils pour communiquer avec son proche. Conseils sur les aides techniques et postures.

STAND N°7

→ **Centre Hospitalier Vallée de la Maurienne (CHVM)**

Les droits des usagers, par les représentants des usagers du CHVM / Aide aux aidants.

STAND N°8

→ **Centre social DECLICC**

Accompagner les seniors, soutenir les aidants, créer des moments de partage et de convivialité pour tous.

→ **Centre social La Fourmillière**

À la Fourmillière, prendre du temps pour soi.

STAND N°9

→ **CIAS 3 CMA**

Service d'aide et d'accompagnement à domicile : des solutions quotidiennes de répit.

STAND N°10

→ **CIAS 4C, EHPAD Bel Fontaine**

Soufflez grâce à l'hébergement temporaire.

STAND N°11

→ **CLIC Centre local d'information et de coordination**

Soutien à la vie à domicile. Information, conseil et accompagnement des personnes et de leurs proches aidants.

STAND N°12

→ **CIAS Maurienne Galibier**

Vivez pleinement à l'EHPAD.

→ **CCAS de Saint Michel de Maurienne**

Un accompagnement chaleureux et attentionné au quotidien avec le service d'aide à domicile.

STAND N°13

→ **DAPAP (dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique)**

Bilan individuel, aide et orientation à la pratique d'activité physique adaptée.

STAND N°14

→ **France AVC 73**

Être à l'écoute des patients et de leurs familles, échanger, partager, conseiller, orienter.

STAND N°15

→ **France Emploi Domicile, FEPEM**

L'emploi à domicile en toute simplicité : tout comprendre sur la relation de travail (contrat, congés...).

STAND N°16

→ **GEM Rebond 73**

Soutien, bien-être, lien social, répit dans la convivialité pour les aidants qui peuvent être fragilisés psychologiquement, familles et proches de personnes malades.

STAND N°17

→ **Ligue contre le cancer 73**

Soutiens et accompagnements des proches aidants de personnes atteintes de cancer.

STAND N°18

→ **Plateforme savoyarde de soutien aux aidants Grand âge portée par France Alzheimer Savoie**

Soutien aux aidants Grand âge : écoute, soutien, répit à destination des aidants et de leurs proches.

STAND N°19

→ **UDAF 73**

Information et soutien aux tuteurs familiaux. Médiation Familiale Aidant-Aidé.

STAND N°20

→ **UNAFAM 73**

Soutien aux aidants de personnes malades/handicapées psychiques.