



VOUS ÊTES 11 MILLIONS A PRENDRE SOIN  
D'UN.E PROCHE FRAGILISE.E...



# SEMAINE départementale des **aidant.e.s**

du 1<sup>er</sup> au 6 octobre 2020  
dans les Hautes-Alpes



- + *Toujours aidant.e.s*
- + *Acteurs toujours mobilisés*

**CONTACT**

Financiers :



Coordonnées des référents sur le programme (au dos)

En partenariat avec :



# Semaine des aidant.e.s

du 1<sup>er</sup> au 6 octobre 2020  
Hautes Alpes

Dates	Thème	Lieux	Les animations et ateliers	Contacts
Lancement de la semaine Jeudi 1 <sup>er</sup> octobre	Aidants	Veynes	Distribution d'informations sur le marché	France Parkinson Maurice LEROY - 09.53.76.89.83 France Alzheimer Catherine LOETSCH - 06.79.82.73.69
	Santé physique et psychologique	Visio	<b>11h - 12h</b> "Les doigts de fées" Initiation à l'auto-massage <i>Inscriptions obligatoire par téléphone pour lien Zoom</i>	Mutualité Française David NASI - 06 23 72 52 58
Vendredi 2 octobre	Aidants au travail	Briançon, Embrun, Gap	Campagne de sensibilisation "Aidants au travail" Affichage dans les locaux de la Fondation Edith Seltzer	Plateforme Seltzer Louise ACHARD - 06 88 07 49 65
	Droits des Aidants	Visio	<b>11h - 12h</b> " Mes proches et moi : comment tout concilier ? " <i>Inscription obligatoire par téléphone pour lien visio</i>	CIDFF - 04 92 55 33 98
Samedi 3 octobre	Santé sociale et psychologique	Gap ou visio	Café Philo <i>Inscription obligatoire par téléphone pour plus de renseignements</i>	Délégation APF - 04 92 51 68 71
	Jeunes Aidants	Gap	Escape Game Mont Dauphin - Jeunes Aidants Exposition photos virtuelle et/ou physique	Plateforme Seltzer Inès DEVESTEL - 06 75 75 76 68
Lundi 5 octobre	Santé sociale et psychologique	Serres	<b>14h-16h</b> Café des Aidants Café du Commerce - Place du Lac	Plateforme Seltzer Inès DEVESTEL - 06 75 75 76 68
	Santé sociale et convivialité	à confirmer (04)	<b>15h</b> Théâtre Forum " Et moi, Emoi ! "	Mutualité Française Martine VINATIER - 06 35 16 16 50
Mardi 6 octobre	Bien-être et répit	Quort du Bénévent Champsaur	Jeux - avec le Ludambule Atelier Prévention Santé - avec le CODES Massages assis - avec Zenitud' Champsaur Informations répit - avec la Plateforme Seltzer Atelier d'écriture Repas partagé le midi sur inscription / Goûter	UNAFAM Véronique ELIOT 06 40 54 73 81