



Ça ne
se voit pas,
mais la moitié
de mon temps
je le passe
à m'occuper
de ma mère.

Un Français sur cinq est aidant
et accompagne un parent, un enfant,
un conjoint ou un proche fragile.

Des dispositifs existent
pour soutenir les aidants :

aidant.gouv.fr

Conception : Madame Bovary • Photo : Dorian Prost/Fisteye Manufacture

> **RENCONTRES**

> **CINÉ-DÉBAT**

> **CONFÉRENCES**

Évènement organisé dans le cadre de la #JNA2024
Retrouvez le programme sur

   hautespyrenees.fr

De si précieux aidants

Les **aidants** sont des personnes qui accompagnent au quotidien, et à titre non professionnel, un proche en situation de maladie, de dépendance ou de handicap.

Dans les Hautes-Pyrénées, nous estimons leur nombre à **20 000**. Souvent, l'aidant est une sœur, un frère, un enfant, une mère, un père, un conjoint. Et leur situation n'est pas toujours reconnue à sa juste valeur. Or leur rôle est essentiel dans notre société.

Ces journées départementales sont l'occasion pour le Département et ses partenaires de témoigner leur soutien aux aidants et de les informer sur leurs droits et les aides existantes, d'échanger sur leurs difficultés et leurs questions, de partager des solutions.

LE PROGRAMME

DATE	LIEU	ACTION	PORTEUR
Mer. 11 sept. et 30 oct. 14h à 16h	Hôpital de l'Ayguerote Tarbes	Groupes de parole avec psychologue	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 12 sept. 14h à 16h	Résidence La Clairière Vic-en-Bigorre	Socio-esthétique	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Ven. 13 sept. 10h à 12h	Mairie de Siradan	Permanence - Information et proximité pour les aidants	Trait d'Union Aidants Aidés
Mar. 24 sept. 14h à 18h	MARPA Bourg-de-Bigorre	Atelier aidants et actions de prévention avec le camion TIMM	MARPA des Baronnies 05 62 39 16 78
Mer. 25 sept., 9 et 23 oct., 6 nov. 14h	Hôpital de l'Ayguerote Tarbes	Réflexologie	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 26 sept. 14h à 15h30	Résidence La Clairière Vic-en-Bigorre	Prévention des chutes	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Mer. 2 oct. 14h30	Salle des fêtes Saléchan	Conférence « Aidants » avec le docteur Ion Adran	Trait d'Union Aidants Aidés
Ven. 4 oct.	Mairie Castelnau-Magnoac Mairie Tournay	14h - Diffusion du film « L'Invulnérable » et Forum des aidants de 14h30 à 18h Rencontre des Aidants	MACIF et commune de Castelnau-Magnoac Mairie TOURNAY/APF/ASEI/ Bigorre Alzheimer
Mar. 8 oct. 15h	Résidence Arpavie « Le Stade » - Tarbes 1 Av. P. de Coubertin	Atelier bien-être animé par un hypnothérapeute	Résidence Arpavie « Le Stade » 05 82 15 02 00
Mar. 8 oct. 14h30	CAC de Séméac	Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica	UDAF 65 avec l'AGIRC ARRCO
Mer. 9 oct. 10h à 12h et 14h à 18h	2 rue de l'Ayguerote Tarbes	Intervention d'une psychologue, temps d'échange sur les patholo- gies de l'enfant	ENSEMAD
Jeu. 10 oct. 20h	Espace Claude Miquieu Vic-en-Bigorre	Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica	UDAF 65 avec l'AGIRC ARRCO
Jeu. 10 oct.	Hôpital de l'Ayguerote Tarbes	10h30 à 12h - méditation et conférence sur le sommeil 14h à 16h - ateliers	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 10 oct.	Le Parvis, Ibos	18 h 30 - Projection du film « Sound of metal » suivi d'un débat	Département des Hautes- Pyrénées - Le Parvis
Ven. 11 oct. 10h à 12h	Mairie de Sainte-Marie	Permanence - Information et proximité pour les aidants	Trait d'Union Aidants Aidés
Ven. 11 oct. 15h	Résidence Arpavie « Le Stade » - Tarbes 1 Av. P. de Coubertin	Café des aidants	Résidence Arpavie « Le Stade » 05 82 15 02 00

DATE	LIEU	ACTION	PORTEUR
Ven. 11 oct. 20h	St-Laurent-de-Neste Maison du Savoir	Pièce de Théâtre de la Compagnie Ergatica	UDAF 65 avec l'AGIRC ARRCO
Lun. 14 oct. 14h à 16h	Bagnères-de-Bigorre Résidence Castelmouly	Musicothérapie	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Lun. 14 oct.	Saint-Laurent-de-Neste	Thématique Rompre l'isolement des séniors	Maison France Service
Mer. 16 oct.	Lourdes Résidence Labastide	10h à 11h30 - relaxation 13h30 à 15h30 - alimentation équilibrée	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 17 oct. 14h à 16h	Hôpitaux de Lannemezan	Relaxation, sophrologie, nutrition...	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Sam. 19 oct.	Pôle Restauration de la Ville, rue Kléber Tarbes	Journée Handicap ou pas cap ?	APF France handicap Délégation 65 avec le Collectif d'aidants de l'APF
Lun. 21 oct. 14h à 16h	Bagnères-de-Bigorre Résidence Castelmouly	Prévention des chutes et gestes 1 ^{ers} secours	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 24 oct. 14h à 16h	Résidence La Clairière - Vic-en-Bigorre	Trucs et astuces du quotidien	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Sam. 26 oct. 15h	Salle des Fêtes - Luquet	Yoga du rire	AFM Téléthon
Mer. 30 oct.	Lourdes Résidence Labastide	10h à 11h30 - Gestes qui sauvent 13h30 à 15h30 - Alimentation et texture adaptée	Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit
Jeu. 31 oct. et 7 nov. 14h à 17h	Maison du temps libre Aureilhan	Zen aidants : ateliers yoga	SOLIHA -
Jeu. 31 oct. (1 ^{ère} partie) 9h à 12h	Résidence La Clairière, Salle Campet Vic-en-Bigorre	Zen aidants : ateliers yoga	SOLIHA
Jeu. 7 nov. (2 ^e partie) 9h à 12h	Résidence La Clairière, Salle Campet Vic-en-Bigorre	Zen aidants : ateliers yoga	SOLIHA
Ven. 8 nov. 10h à 12h	Mairie de Saléchan	Permanence - Information et proximité pour les aidants	Trait d'Union Aidants Aidés
Ven. 8 nov. 14h	Vic-en-Bigorre	Atelier « Face au refus de l'autre »	Pyrène Plus
Mar. 12 nov. 14h	Bagnères-de-Bigorre	Atelier « Face au refus de l'autre »	Pyrène Plus
Ven. 6 déc. 10h à 12h	Mairie de Bertren	Permanence - Information et proximité pour les aidants	Trait d'Union Aidants Aidés

EN SAVOIR PLUS

AFM Téléthon

Yoga du rire

Samedi 26 octobre Salle des fêtes de Luquet à 15h

Permanence tous les lundis de 15h à 18h dans les locaux (MDA – rue du IV septembre) et sur le téléphone portable 06 38 84 37 87 (Ligne Accompagnement Familles)

APF France handicap - Délégation 65 avec le Collectif d'aidants de l'APF

Samedi 19 octobre Pôle de restauration de la Ville - rue Kléber à Tarbes

Journée Handi'cap ou pas cap ?

ARPAVIE - Résidence Le Stade

Mardi 8 octobre à 15h **Atelier bien-être** animé par un hypnothérapeute

Vendredi 11 octobre à 15h **Théâtre Forum** avec la troupe des Improsteurs

ENSEMAD

Mercredi 9 octobre 10h à 12h et 14h à 17h - 2 rue de l'Ayguerote - Tarbes

Intervention d'une psychologue et d'autres intervenants pour échanger avec les parents et familles sur les pathologies et des possibles incidences sur l'apprentissage des enfants.

MACIF et la commune de Castelnau-Magnoac proposent

Vendredi 4 octobre 2024 - 14h Mairie de Castelnau-Magnoac (05 24 02 85 82)

Diffusion du film « L'Invulnérable » et Forum aidants (stand Macif et Apivia Macif Mutuelle) avec débat et cocktail. Recueil d'expériences des aidants, aidants actifs d'un proche handicapé, aidants actifs d'un parent âgé, aidants seniors d'un conjoint, familles d'accueil.

Maison France Services

Lundi 14 octobre Saint-Laurent-de-Neste

Thématique « rompre l'isolement des seniors »

Mairie de TOURNAY / APF / ASEI / Bigorre Alzheimer proposent

Vendredi 4 octobre Mairie de Tournay, Place d'Astarac - de 14h30 à 18h

Rencontre des Aidants «Aider, sensibiliser, s'informer»

MARPA des Baronnie (05 62 39 16 78)

Mardi 24 septembre Bourg-de-Bigorre - de 14h à 18h

Ateliers ouverts aux aidants (yoga, bien-être, gym douce) et présence du camion PrévenTIMM avec l'Association Trait d'Union Aidants Aidés Sud pour l'aide aux aidants.

Le PARVIS - Ibos

Jeudi 10 octobre

18h30 - Projection du film Sound of Metal suivi d'un débat

Retrouvez toutes les informations sur le site du Parvis

Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit

■ Tarbes - site de l'Ayguerote

Jeudi 10 octobre de 10h à 12h : méditation et conférence sur le sommeil

de 14h à 16h : ateliers sophrologie, esthétique, gestes premiers secours, dénutrition...

Possibilité de déjeuner sur place sur inscription (05 62 54 66 60)

■ Bagnères-de-Bigorre - Résidence Castelmouly

Lundi 14 octobre de 14h à 16h : musicothérapie

Lundi 21 octobre de 14h à 16h : prévention des chutes et gestes 1^{ers} secours

■ Hôpitaux de Lannemezan (pavillon 7)

Jeudi 17 octobre de 14h à 16h : relaxation, sophrologie, nutrition

■ A Lourdes – Résidence Labastide

Mercredi 16 octobre de 10h à 11h30 : relaxation

de 13h30 à 15h30 : alimentation équilibrée chez l'adulte

Mercredi 30 octobre de 10h à 11h30 : gestes qui sauvent

de 13h30 à 15h30 : alimentation et texture adaptée

■ A Vic-en-Bigorre – Résidence la Clairière

Jeudi 12 septembre de 14h à 16h : socio-esthétique

Jeudi 26 septembre de 14h à 15h30 : prévention des chutes

Jeudi 24 octobre de 14h à 16h : trucs et astuces du quotidien avec mini-saynètes

■ A Tarbes – Hôpital de l'Ayguerote

Mercredis 25 septembre, 9 octobre, 23 octobre et 6 novembre à 14h : réflexologie

Mercredis 11 septembre et 30 octobre de 14h à 16h : groupes de parole avec psychologue

Pyrène Plus :

■ A Vic-en-Bigorre

Vendredi 8 novembre à 14h : Atelier « Faire face au refus de l'autre »

■ A Bagnères-de-Bigorre

Mardi 12 novembre à 14h : Atelier « Faire face au refus de l'autre »

SOLIHA : ZEN Aidants : ateliers yoga

■ A Aureilhan - Maison du temps libre

Jeudi 31 octobre partie 1 : de 14h à 17h

Jeudi 7 novembre partie 2 : de 14h à 17h

■ A Vic-en-Bigorre – Résidence la Clairière (salle Campet)

Jeudi 31 octobre partie 1 : de 9h à 12h

Jeudi 7 novembre partie 2 : de 9h à 12h

UDAF 65 avec l'AGIRC ARRCO

Pièce de théâtre de la compagnie Ergatica Je suis l'Autre

Mardi 8 octobre CAC de Séméac à 14h30

Jeudi 10 octobre Espace Claude Miquieu - Vic-en-Bigorre à 20h

Vendredi 11 octobre Maison du savoir de Saint-Laurent-de-Neste à 20h

Trait d'Union Aidants Aidés sud

Conférence « Aidants » avec le Docteur Ion Adran

Mercredi 2 octobre Salle de fêtes Salléchan à 14h30



Retrouvez toutes les infos sur notre site
hautespyrenees.fr

Département des Hautes-Pyrénées
6 rue Gaston Manent - CS 71324- 65013 Tarbes cedex 9

☎ **05 62 56 78 65**
mesdemarches.ha-py.fr