



**Vous aidez un proche ?**

Retrouvez toutes les réponses pour être accompagné au quotidien

# **Forum** des aidants

Jeudi 6 octobre 2022 de 13h à 17h | Nantes

# Vous soutenez au quotidien un proche âgé ou atteint d'une maladie neuro-évolutive ?

Au forum des aidants, vous pourrez découvrir les différents dispositifs de soutien et d'information à votre disposition. Mais aussi profiter d'un moment pour vous.

## AU PROGRAMME

- 13H À 17H** stands d'information  
*avec la présence d'accueils de jour, des caisses de retraite complémentaires, de résidences spécialisées, de lieux d'hébergement temporaire, de services d'aide à domicile, du CLIC (centre local d'information et de coordination seniors), de France Alzheimer 44, de France Parkinson, de France AVC...*
- 14H** atelier de gym douce pour les aidants
- 14H30** conférence sur la santé des aidants animée par Sophie Pichierri, médecin-directrice du centre de prévention AGIRC-ARRCO
- 15H** atelier de sophrologie pour les aidants
- 16H** atelier de yoga pour les aidants
- 16H** conférence sur le thème de la santé des aidants animée par Sophie Pichierri, médecin-directrice du centre de prévention AGIRC-ARRCO

*Les ateliers ont un nombre limité de places.  
Inscrivez-vous avant le 6 octobre auprès de la Maison des aidants.*

## INFORMATIONS PRATIQUES

La Maison des aidants située au 2 rue Courson à Nantes vous propose toute l'année des temps d'échanges entre aidants, un accompagnement et des activités pour prendre du temps pour vous.

Plus d'infos :  
02 51 89 17 60  
maisondesaidants@  
mairie-nantes.fr

### Jeudi 6 octobre 2022

Pôle associatif Désiré Colombe  
Salon Mauduit, 10 rue Arsène Leloup, Nantes.

### GRATUIT

Le Pôle associatif Désiré Colombe est accessible en bus C1, C3 (arrêts Lamoricière ou Édité de Nantes) et par le tram 1 (arrêt chantiers navals). Vous pourrez également vous stationner dans le parking Zenpark situé à proximité.

Avec le soutien de :



ALL•NANTES 02 40 41 9000  
metropole.nantes.fr



### Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes  
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1  
Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes