

Journée des aidants

Samedi 16 septembre 2023



La Ville d'Oullins se mobilise pour les aidants !

Découvrez le programme d'une journée faite pour vous.

- **9h-9h30** : Café d'accueil
- **de 9h30 à 12h30** : Conférence animée par Leslie Alemagna (psychologue spécialisée aidants), suivie de tables rondes sur le thème « Prendre le temps du répit quand on est aidant. Les différentes médiations à explorer »
- **12h30** : Déjeuner convivial avec les animateurs du Café des Aidants®
- **de 14h à 16h** : Ateliers
 - **Médiation animale** avec Humanimaux : pour se changer les idées, se ressourcer et se laisser porter par l'animal.
 - **Découverte de l'art-thérapie** avec Julie Douillet (art-thérapeute) : pour s'exprimer autrement que par des mots, dans une ambiance poétique.
 - **Pratique corporelle douce** avec Josiane Charriau (méthode Feldenkrais) : pour être à l'écoute de son corps et prévenir l'épuisement grâce à une méthode innovante.
 - **Naturopathie** avec Florence Beau (naturopathe) : pour améliorer sa santé au travers de l'alimentation sans bousculer son quotidien.

Participation gratuite proposée par le CCAS de la Ville d'Oullins.

Lieu : pôle petite enfance Bussière, 60 rue du Buisset 69600 Oullins

Inscription au 04 78 86 61 50 ou par mail mlavieville@ville-oullins.fr



Si vous souhaitez faire garder la personne dont vous vous occupez pour pouvoir participer à cette journée des aidants, ou pour tout autre renseignement : contactez Margaux LAVIEVILLE au 04 78 86 61 50 ou mlavieville@ville-oullins.fr