

à l'occasion de la

6
oct.



JOURNÉE
NATIONALE
des
aidant.es

DU 3 AU 10 OCTOBRE 2025

SEMAINE DES AIDANTS

CINÉ-RENCONTRE « REGARDE »

3 OCTOBRE - 20H30 - L'ARAGNE - CINÉMA LE PHÉNIX

10 OCTOBRE - 20H - ST-BONNET-EN-CHAMPSAUR - CINÉMA LE CENTRAL

SPECTACLE « LES HÉROS SANS CAPE. DE L'OMBRE À LA LUMIÈRE, LE QUOTIDIEN DES JEUNES AIDANTS »

4 OCTOBRE - 18H30 - BRIANÇON - MÉDIATHÈQUE DU 15/9

THÉÂTRE FORUM « ET MOI, ÉMOI »

8 OCTOBRE - 14H - LA BÂTIE-NEUVE - ANCIENNE SALLE DES FÊTES

THÉÂTRE REFLETS « LA PLACE DE L'ENTRAIDE DANS NOS VIES »

10 OCTOBRE - 14H30 - RÉOTIER - SALLE DES FÊTES

ET DE NOMBREUX
ÉVÈNEMENTS
SUR L'ENSEMBLE
DU DÉPARTEMENT ►



CINÉ-RENCONTRE « REGARDE »

Comédie dramatique avec Audrey Fleurot et Dany Boon

3 OCTOBRE - 20H30 - LARAGNE - CINÉMA LE PHÉNIX - 7€
10 OCTOBRE - 20H - ST-BONNET- CINÉMA LE CENTRAL - 4€

Chris et Antoine ont bien du mal à s'entendre depuis leur divorce. Mais, lorsqu'on leur annonce que leur fils de 16 ans est atteint d'une maladie rare, qui va lui faire perdre la vue, ils s'efforcent de mettre leurs rancœurs de côté. Les ex-conjoints embarquent leur fils pour des vacances inoubliables, bien décidés à lui offrir ses plus beaux souvenirs.

Des professionnels de l'aide aux aidants seront disponibles avant et après la séance pour échanger avec vous !

Durée 1h31
 Renseignements : 07 85 85 01 28



SPECTACLE « LES HÉROS SANS CAPE. DE L'OMBRE À LA LUMIÈRE, LE QUOTIDIEN DES JEUNES AIDANTS »

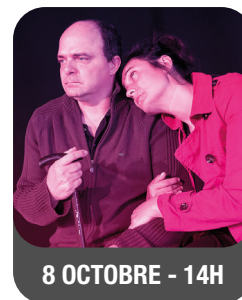
BRIANÇON - MÉDIATHÈQUE DU 15/9 - COMPAGNIE LA LUBA

À travers de courtes scènes qui illustrent la réalité de ces jeunes, le public sera amené à se questionner : qu'est-ce qu'un jeune aidant ? J'en connais ? Je suis moi-même dans cette situation ? Comment les aider, eux ?

Un jeune aidant est un enfant ou adolescent qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à un membre de son entourage proche qui est malade, en situation de handicap ou de dépendance.

Des professionnels de l'aide aux aidants seront disponibles avant et après le spectacle pour échanger avec vous !

Entrée gratuite - Tout public - Durée 1h20
 Inscription conseillée : 07 85 85 01 28



THÉÂTRE FORUM « ET MOI, ÉMOI »

LA BÂTIE-NEUVE - ANCIENNE SALLE DES FÊTES

Un spectacle-forum proposé par la Mutualité Française qui s'adresse aux aidants comme aux aidés et à tous ceux qui croient à l'intelligence collective. Suivez les aventures palpitantes de Mr Mercier et de sa fille Natacha à un moment délicat de l'existence qui est celui de la perte d'autonomie. Accompagner, être accompagné, savoir comment et pourquoi trouver du soutien lorsque l'on est soi-même aidant, sont autant d'interrogations que *6T Théâtre* se propose de mettre en débat. Le « prendre soin » de nos proches les plus fragiles nécessite un savoir-être et un savoir-faire qui précipite l'aidant dans l'urgence d'un quotidien sans répit.

En partenariat avec la commune de la Bâtie-Neuve.

Des professionnels de l'aide aux aidants seront disponibles avant et après le spectacle pour échanger avec vous !

Entrée gratuite
 Inscription conseillée : 06 23 72 53 12 - olivier.antoye@sudmutualite.fr



THÉÂTRE REFLETS « LA PLACE DE L'ENTRAIDE DANS NOS VIES »

RÉOTIER - SALLE DES FÊTES - COMPAGNIE DU P'TIT NOYAU

Vos histoires prennent vie sur scène ! Partagez, si vous le souhaitez, un moment de vie, un témoignage que les comédiens vont accueillir et refléter en improvisant corporellement et collectivement, de manière sensible et intuitive.

Entrée gratuite - Durée 1h15
 Inscription conseillée : 07 85 85 01 28

LES AUTRES ACTIONS

« Un Pour Tous, Tous Parents ! »

Parentalité et handicap

Un après-midi pour vous et votre enfant en situation de handicap : atelier relaxation, temps d'échanges entre parents, atelier musical avec Heidi Mélodie, goûter offert. Organisé par APF France handicap 05 et ouvert à tous les parents aidants.

Gratuit

Samedi 4 octobre de 14h à 17h30
 IME du Bois de St-Jean (Gap)

Sur inscription, places limitées
 06 85 94 11 98
 philippe.burtschell@apf.asso.fr

« Le P'tit Dej des aidants » à la Caisse Commune de Sécurité Sociale (CCSS) : un moment de partage, de soutien et d'échange pour les proches aidants

Accueil convivial : café, échanges, informations utiles. Entretiens individuels avec la Plateforme Seltzer des Aidants et avec un conseiller CAF/CPAM pour les aides spécifiques aux aidants

Gratuit

Lundi 6 octobre de 9h à 12h
 Caisse commune de sécurité sociale des Hautes-Alpes

« Le Temps des Aidants » à la Maison France Services : un moment de partage, de soutien et d'échange pour les proches aidants.

Accueil convivial : café, échanges, informations utiles. Rencontres avec les partenaires «Territoires Aidants» (associations, professionnels, structures de soutien) et entretiens individuels avec la Plateforme Seltzer des Aidants

Gratuit

Mardi 7 octobre de 13h30 à 17h
 Maison France Services de Saint-Bonnet-en-Champsaur

« Lecture gourmande »

Lectures théâtralisées proposées par l'association Tiss'âges et la Compagnie du P'tit Noyau

Un voyage culinaire en mots et en saveurs : lectures à haute voix sur le thème des recettes de cuisine et de ce qu'elles apportent dans nos vies ! Venez régaler vos oreilles !

Gratuit - Tout public - Durée 1 h

Mercredi 8 octobre à 16h
 Bibliothèque d'Abrès

Vendredi 10 octobre à 14h
 L'Ort de Bénévent

« Une vie d'aidant » : échanges, aide et animation.

Compagnie La Luba

Un moment dédié aux proches aidants autour d'échanges d'expériences uniques, d'informations grâce une professionnelle de l'accompagnement des aidants, une facilitatrice et deux comédiens.

Gratuit
 Réservation au 06 17 54 98 48

Vendredi 10 octobre de 9h à 12h ou de 14h à 16h (2 séances au choix)
 Gap, salle de la Mutuelle de France des Alpes du Sud (passage Montjoie)



Scannez le QR code
 et retrouvez l'intégralité du programme sur notre site internet
www.hautes-alpes.fr

VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE FRAGILISÉ PAR L'ÂGE, LA MALADIE, LE HANDICAP ?

Comme 11 millions de français, vous êtes proche aidant ! Cette année encore, à l'occasion de la Journée nationale des aidant.es, le collectif « Territoires Aidants » propose des événements gratuits et ouverts à toutes et tous afin de mettre en lumière les proches aidants.

- 17 000 aidants dans les Hautes-Alpes
- 1 aidant sur 5 est en activité professionnelle
- 2 jeunes aidants par classe

VOUS SOUHAITEZ ÉCHANGER SUR VOTRE SITUATION ?

Contactez la Plateforme Seltzer des aidants :
06 75 75 76 68 / plateforme-aidantsfondationseltzer.fr
ou la Maison départementale de l'autonomie :
04 86 15 31 50



Scannez le QR code
et retrouvez toutes les solutions
pour soutenir les aidants
dans le « Guide de l'aidant »

Partenaires de l'opération:

Plateforme Seltzer des aidants, APF France handicap, Département des Hautes-Alpes, France Alzheimer, France Parkinson, Mutualité Française, UNAFAM, CC Büech Dévoluy, La Ligue contre le cancer, Siel Bleu, Tiss'âges, ADMR, le CIDFF, l'Ourt de Bénévent, Malakoff Humanis, Ergologic, l'ACSSQ, Nouvel Envol, Unis Cité, Communauté de communes du Briançonnais, Caisse commune de la sécurité sociale des Hautes-Alpes et la Mairie de la Bâtie-Neuve.

