



# PROGRAMME **DANS LE VAR**

**Le Vendredi 5 octobre 2018**

**à la Maison des services publics**

**1624 Vieux chemin de sainte Musse à Toulon**

<b>13H30</b>	<b>Accueil</b>
<b>14h à 14h15</b>	<b>Introduction</b>
<b>14h20/15h</b>	<b>Se ressourcer au quotidien, des usages et des pratiques simples et applicables</b>
<b>15h</b>	<i>Atelier</i> : <b>les gestes et techniques de manutention</b> (sur inscription à l'accueil)
<b>15h40 à 16h</b>	<b>Les nouveautés pour les aidants pour concilier sa vie professionnelle et sa vie d'aidant</b>
<b>16h15</b>	<i>Atelier</i> <b>sur les techniques de ressourcement</b> (sur inscription à l'accueil)

**17h Conclusion et clôture**

---

# Des stands d'informations

## 3 espaces thématiques

### 1. Comprendre ses droits

- Information sur les relais de droit commun sur le Var : Conseil Départemental et Maison des personnes en situation de Handicap (MDPH)
- Pour prévenir l'avenir : collectif ISTF 83
- Bénéficier d'aides complémentaires

### 2. Améliorer son confort de vie

- Se faire accompagner pour faciliter sa vie au quotidien : APF France Handicap
- Faire appel à des artisans spécialisés : CAPEB
- Des réponses pour agir maintenant : Aidants & Aidés l'engagement de la Macif

### 3. Les initiatives de répit

Autour d'Alzheimer : Var Alzheimer ; Les plates formes de répit réseau Agence régionale de Santé

Pour les personnes en situation de handicap : Comité d'entente inter associatif

*Des solutions pour souffler : Association Ecrin de vie et espace massage des mains*

Et bien d'autres projets....

---