



INVITATION :

LA JOURNÉE DES AIDANTS

Le Vendredi 5 Octobre 2018

10h : Accueil des professionnels / **10h30** : Accueil pour tous

11h : Conférence autour du thème :

« **ACCOMPAGNER L'AIDANT A PRENDRE SOIN DE LUI** ».

12h15 : Fin de la conférence et ouverture des ateliers dédiés aux aidants et aux aidés : **sophrologie, gymnastique douce, ateliers diététiques, massages...** dispensés par des professionnels.

Venez nous retrouver à la **Fédération du Bâtiment, 344 Bd Michelet 13009 Marseille**, le **5 Octobre** entre **10h30 à 16h**. L'entrée est **libre et gratuite**, pas d'inscription requise. Pour tout renseignement, vous pouvez contacter l'Association A3 au **04.91.70.76.53**.

Deux navettes seront disponibles tout au long de cette journée pour faciliter l'accès à la Fédération du Bâtiment.

Allers / Retours Navette 1 = Trajets Métro Castellane (Monoprix) / Fédération du Bâtiment.

Allers / Retours Navette 2 = Trajets Métro Dromel / Fédération du Bâtiment.

Venez découvrir les ateliers de répit et de prévention : Sophrologie, massages, gym douce, diététique (sans fourchettes et conseils nutritionnels).

