

S'OCCUPER D'UN PROCHE,

ÇA VOUS PARLE ?



Journée départementale des proches aidants

Mardi 9 décembre 2025

9 h / 17 h - Figeac

(Espace François-Mitterrand)

Programme 2025

- Village des partenaires
- Conférences
- Diffusion du guide des proches aidants



Gratuit
sur inscription
RDV lot.fr
Tél. 05 65 53 44 08



Avec la participation
 inédite de
Suzana SABINO
et **Philippe CROIZON**



Couverture du livre « Ma vie pour deux » - © Éditions Arthaud



Programme

En 2025, **1 Français sur 7 assume le rôle de proche aidant** en soutenant un parent, un enfant, un conjoint ou un ami en situation de **perte d'autonomie** ou de **handicap** et ce chiffre ne cesse de croître.

Afin de mieux reconnaître cet engagement, le Département du Lot a le plaisir de vous inviter à la seconde édition de la Journée départementale des proches aidants.

Cette journée est ouverte à tous : proches aidants, professionnels, partenaires et citoyens désireux de mieux comprendre et soutenir la réalité de l'aide au quotidien.

La journée départementales des proches aidants, c'est :

- Un **village des partenaires** qui vous accueille tout au long de la journée.
- Plus de **50 exposants** qui vous présenteront leurs actions, dispositifs et solutions en faveur des proches aidants.
- En exclusivité, la **présentation du guide des aidants**.
- La participation de **Suzana SABINO** et **Philippe CROIZON**.

9 h 00 **Ouverture du village des partenaires**

10 h 00 **Discours officiels d'ouverture**

10 h 30 **Quel soutien pour les proches aidants dans le Lot ?**

Un guide pour ne plus être seul.

Présentation et distribution du 1^{er} guide des proches aidants du Lot.

11 h 00 **Être aidant sans s'épuiser**

Répit pour les proches aidants de personnes en situation de handicap.

Interventions croisées de professionnels et de proches aidants. Le répit à domicile, hors domicile et les séjours adaptés.

12 h 30 **Pause déjeuner**

Restauration possible sur place sur réservation.

13 h 45 **Conférence-spectacle « Osez l'impossible »
par Philippe CROIZON, aventurier et conférencier**

Un témoignage inspirant et porteur d'espoir.

Philippe Croizon partage son parcours exceptionnel après un accident qui le laisse quadri-amputé. Avec humour et énergie, il raconte ses exploits, dont la traversée de la Manche à la nage, et montre que rien n'est impossible pour celui qui ose.

15 h 30 **Mieux vivre le rôle d'aidant**

Entretien croisé avec Philippe CROIZON, Suzana SABINO, autrice, compagne aidante, et Emma BASTIT, psychologue de la plateforme de répit des aidants.

Partage d'expériences et conseils pour aider les aidants à mieux gérer leurs défis tout en préservant leur équilibre et leur bien-être.

17 h 00 **Discours de clôture**
Fermeture du village des partenaires

Vous accueillent sur le village des partenaires de 9 h à 17 h :

Agirc-Arrco Midi-Pyrénées ; AMDG Association d'Aide Au Maintien à Domicile du Gourdonnais ; APEAI ADAR ; APF France Handicap du Lot ; ASL Association Ségala Limargue France SERVICES ; Association Coactis Santé ; AUTISME CRI 46 ; AFTC Association des Familles de Traumatisés Crâniens et Cérébro-lésés du LOT ; AZALEE Domiciles services ; CARSAT ; CDAD du Lot Conseil départemental d'accès au droit du Lot ; CFPPA Commission des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie ; CIDFF Centre d'Information et de Documentation sur le Droit des Femmes et des Familles ; Comité 46 France Parkinson ; Comité Départemental Sport Adapté du Lot ; CRT GOURDON Centre de Ressources Territoriaux ; DAC Dispositif d'appui à la coordination ; EPA Espace personnes âgées ; EPILEPSIE 46 ; Espace Conseil France Rénov' Grand Figeac ; Etre là ASP LOT Association pour le développement des Soins Palliatifs ; Fédération ADMR du Lot ; FNAAF Fédération Nationale des Aidants et Accueillants Familiaux ; FNATH Grand Sud ; France Alzheimer ; France ASSOS santé Occitanie ; France HUNTINGTON ; GEM Cœur de Causse ; Générations et Aides ; HANDIAIDE Foyer l'orée du bois ; HANDILIGUE ; LAD Lot Aide à Domicile ; Lot Numérique ; L'OUSTAL Accueil de Jour MND ICM ; Maison des coteaux de glanes ; Maison des Solidarités Départementales ; MDPH 46 Maison des Personnes Handicapées du Lot ; MSA MPN Mutualité sociale agricole ; Mutualité française ; OPTIM SERVICES ; PFR la maison des aidants Gourdon ; PFR Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants « Le Fil des Aidants » ICM ; SOLIHA ; SSIAD du Causse ; SSIAD Gramat ; SSIAD l'escale SSIAD Haut Quercy ; SSIAD St Céré ; UDAF Union départementale des Associations familiales du Lot ALISE ; UNAFAM ; Vacances Répit Familles ; Voir ensemble Lot.

INFOS PRATIQUES



**Espace
François-Mitterand**
Figeac



Repas possible sur place
entre 12 h 30 et 13 h 45
à réserver lors de l'inscription



Inscriptions :
Demi-journée
ou journée



Evènement ouvert
aux professionnels
et au grand public

Informations et inscription sur **lot.fr**