

Programme de la journée

Entrée libre, Animations gratuite

9h30 : Ouverture au public

Salle de réunion

(N 1er étage)

10h - 11h : Atelier lutte contre la dénutrition (diététicienne PYRENE plus)

11h - 12h : Table ronde Parcours des aidants

14h - 15h30 : Pièce de théâtre «Mon coloc est un sénior» (Mâillages)

Salle multi-sports

(E 1er étage)

10h - 10h30 : Atelier activité physique adaptée (maison sport santé C'APAttitude)*

14h - 14h30 : Atelier activité physique adaptée (maison sport santé C'APATTITUDE)*

16h : Discours de clôture

16h30 : Fermeture au public

Salle Astra Terra

(E rez de chaussée)

10h - 10h30 : Yoga sur chaise*

10h30 - 11h30 : Atelier bibliothérapie proposé par la MARPA des Baronnie*. Lecture de textes, poèmes par l'animatrice, les participants sont amenés s'ils le souhaitent à partager leurs souvenirs et ressentis.

11h30 - 12h : Yoga sur chaise*

14h - 14h30 : Yoga sur chaise*

14h30 - 15h30 : Atelier mémoire proposé par la MARPA des Baronnie*. Jeu de mots cachés avec des paroles de chansons.

15h30 - 16h : Yoga sur chaise*

Salle de convivialité

(E 1er étage)

11h - 12h : Accueil des proches aidés*

14h - 16h : Accueil des proches aidés*

*Ateliers sur inscription

Contact pour informations et inscriptions :
Association Trait d'Union Aidants Aidés SUD
06 75 30 14 87 en semaine de 14h à 18h
ou presidence@trait-union-sud.org

Vous aidez un proche âgé ou en situation de handicap ?

L'ASSOCIATION TRAIT D'UNION AIDANTS-AIDÉS SUD
VOUS INVITE À PARTICIPER AU

Forum des aidants

jeudi 21 mai

9h30-16h30



11h Table ronde
"Le parcours des aidants"

14h Pièce de théâtre
"Mon coloc est un sénior"

Pause déjeuner ?
Un food truck sera disponible sur place

Toute la journée

Village des partenaires

27 stands pour s'informer, être aidé dans les démarches, trouver du soutien, pour l'habitat, les aides à la vie quotidienne, la santé, prendre du temps pour soi...

Ateliers (sur réservation)

Nutrition, Yoga sur chaise, Activité physique adaptée...

Accueil des aidés

Par des professionnels qualifiés

Entrée libre et animations gratuites

Réservations au 06 75 30 14 87
ou presidence@trait-union-sud.org

Zone d'activité Pic Pyrénées Innovation
Route Tarbes-Toulouse
65150 Saint-Laurent-de-Neste

“
Votre proche en perte d'autonomie peut être accueilli par du personnel qualifié, sur inscription, avec des activités de stimulation et pour rompre l'isolement.



Village des partenaires

FORUM DES AIDANTS 2026

S'informer et être aidé dans ses démarches

Conseil départemental des Hautes-Pyrénées :

Information sur l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) et les services de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

05 62 56 73 65 / hautespyrenees.fr

Pôle Maladies Neuro-Dégénératives (MND)

Occitanie : Accompagnement des personnes vivant avec une maladie neuro-évolutive et leurs aidants, partenariat avec l'association Pause Brindille (jeunes aidants).

06 16 83 95 17 / mnd-occitanie.fr

Union Départementale des Associations Familiales des Hautes-Pyrénées (UDAF 65) :

Représentation et services aux familles : médiation aidants-aidés, mesures de protection, information et soutien aux tuteurs familiaux, sensibilisation jeunes aidants.

05 62 44 02 36 / udaf65.fr

Trouver du soutien, prendre du temps pour soi

Trait d'Union Aidants Aidés SUD :

Accueil, soutien et information aux aidants familiaux du Sud des Hautes-Pyrénées et du Comminges, ateliers pour les aidés et pour les aidants, travail sur l'accès au répit.

05 62 39 03 62 / trait-union-sud.org

Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit Lannemezan (PTAR) :

Soutien aux aidants qui accompagnent un proche atteint d'une maladie neuro-évolutive.

05 62 99 52 67

Hôpitaux de Lannemezan :

Pôle handicap : structures d'accueil (Maison d'Accueil Spécialisée, Foyer d'Accueil Médicalisé). Pôle gériatrie : accueil de jour, EHPAD et accueil temporaire, USLD, hospitalisation et rééducation

Handi'Ludic : Sensibilisation aux handicaps par le jeu, groupe de parents aidants, travail sur la situation des jeunes aidants.

06 45 96 85 87

Communauté 360 : Réseau multipartenarial qui aide les personnes vivant avec un handicap, leurs aidants, les acteurs intervenants auprès d'eux à repérer et à accéder aux ressources répondant à leurs besoins, numéro unique.

0 800 360 360

adapei65.fr/communaute-360

Midi-Pyrénées Prévention (M2P) : Ateliers pour le bien vieillir à destination des plus de 60 ans.

pourbienvieillir.fr

Retraite complémentaire Agirc-Arrco :

Services de prévention et d'accompagnement avec solutions spécifiques à destination des aidants (bilans de prévention, aide à la mobilité, aide à domicile, aides financières, accès au répit).

maboussoleaidants.fr

PRÉVOIR : Spécialiste de l'assurance des personnes : prévoyance, dépendance, santé, retraite, décès, obsèques, épargne et emprunteur »

0 969 321 901 / prevoir.com

France Alzheimer (antenne de Lannemezan) :

Information et sensibilisation sur les maladies d'Alzheimer et apparentées, formation des personnes concernées par la maladie, actions d'accompagnement

05 62 38 14 49

contact65@francealzheimer.org

Ligue contre le cancer 65 :

Accompagnement des personnes malades et de leurs proches (information, écoute, accompagnement, soins de support). 06 62 34 20 89

ligue-cancer.net/65-hautespyrenees

France Alzheimer :

Information et formation des proches de personnes vivant avec une maladie d'Alzheimer ou apparentée.

05 62 38 14 49

francealzheimer.org/hautespyrenees

CAP'Attitude : Maison Sport Santé à Arreau et Capvern. Activité Physique Adaptée pour tous avec des offres dédiées aux aidants et aux plus de 60 ans.

09 73 17 23 99

www.maisonsportsante-capattitude.fr

Amisplégiques : Améliorer la réinsertion des personnes hémiplegiques et améliorer leur qualité de vie. amisplegiques.fr

amisplegiques@yahoo.fr



Et votre santé

CPAM (service prévention et centre d'examens de santé) : Informations prévention santé dont offre pour les aidants et entretiens individuels (alimentation, activité physique, bilan prévention)

Prévention santé avec le Préven'TIMM :

Animation santé cardiovasculaire, information sur la vaccination, prise de rendez-vous dépistage organisé des cancers. preventimm.fr

Maison des ados avec le Van'Ado : Soutien et accompagnement pour les jeunes ainsi que leur entourage ; sensibilisation des jeunes aidants.

05.62.99.54.40 / maison-des-ados-65.org

Habitat

Préparer son entrée en EHPAD (stand commun) :

Information par des directrices d'établissement

Marpa des Baronies (Bourg de Bigorre) :

Résidence pour 20 personnes de plus de 60 ans autonomes, avec un encadrement non médicalisé et une offre d'activités en collectivité.

05 62 39 16 78

Maillages : Cohabitation intergénérationnelle et solidaire.

06 60 43 19 42 / maillages.org

Aide à la vie quotidienne

ADMR : Aide à domicile, aide aux familles,

portage de repas, téléassistance... :

05 62 36 73 40 / fede65.admr.org

et Service de Soins Infirmiers à Domicile

(SSIAD) : 05 62 99 27 23

Pyrène + : Aide à domicile, aide aux familles,

portage de repas, téléassistance...

05 62 98 33 16 / pyreneplus.net

Wimoov : plateforme de mobilité pour informations, conseils, accompagnement vers les solutions matérielles et financières de déplacement.

wimoov.org

