Oser passer le relais sans culpabilité



JOURNÉE DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS DE L'ALLIER

Jeudi 5 novembre 2026

Espace Villars à MOULINS

CONFÉRENCE ET STANDS

Vous aidez régulièrement une personne en perte d'autonomie,
due à l'âge, à la maladie ou au handicap, à titre privé ou professionnel ?

Venez vous informer
et/ou partager votre expérience !

Vous êtes aidant et vous souhaitez plus d'informations.
Vous êtes professionnel et vous souhaitez participer à la journée.

Mail : aidants03@udaf03.fr

Le programme en détail sur
https://www.udaf03.fr/jda

PROGRAMME

9 h 30 Inauguration de la 5e journée départementale des aidants

9 h 30 à 16 h 30 Stands d'information des partenaires

10 h 30 à 12 h Conférence thématique par Arnaud PIRODON, psychologue et psychosociologue

Thème de la conférence :
Aidant : s'imaginer super-héros, redevenir humain

Cette conférence invite à dépasser l'image de l'aidant souvent perçu comme un « super-héros » du quotidien, capable de tout assumer sans jamais faillir. Elle propose de mieux comprendre les motivations de son engagement, mais aussi de reconnaître ses propres limites, d'accepter de partager la charge et de passer le relais. Parce qu'être aidant, c'est aussi accepter de ne pas pouvoir faire l'impossible.



Création graphique : Direction de la Communication - Photos : CD03, Shutterstock, AdobeStock - Impression : Imprimerie du Département - Octobre 2026. ne pas jeter sur la voie publique.

Action financée par la Commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de l'Allier (CFPPA03) grâce au concours de la Caisse de solidarité pour l'autonomie (CNSA).