

JOURNÉE LUDIQUE ET FESTIVE

Être Aidant, Quésako ?
au « Cinéma L'Elysée »
Promenade des Marronniers à LIMOUX



JEUDI 15 OCTOBRE 2026

de 13h00 à 20h00

Une journée... près de chez vous ...
pour RÉFLÉCHIR, se DIVERTIR,
S'INFORMER, TROUVER DU SOUTIEN...

Stands Informations - Spectacles - Goûter

Entrée libre/ Gratuite :
Informations au
04 68 69 79 60

Être Aidant, Quésako ?

Soutenir un proche qui prend de l'âge nécessite parfois d'être soutenu soit même. AIDER, oui ! en gardant la santé, en étant informé pour trouver des ressources et mieux accompagner ses proches.

13h

Ouverture des stands d'information

14h15

Spectacle de et par ... « les Ninou »
Anne-Erell TOR et Sophie BELVISI,

On a tous dans notre entourage un proche atteint d'une maladie ou d'un handicap. **Ninou et Ninou** vous proposent un spectacle sous forme d'émission de radio dédié à ceux qui accompagnent :

« des Aidants chantés »

" Le sujet peut sembler lourd et déprimant et pourtant, elles sont si déjantées et pleines de vie, qu'elles le rendent drôle et lumineux. Et ça coûte moins cher qu'une séance de psy "

16h

Venez partager une collation et échanger avec les partenaires du territoire.



Spectacle

d'humour de ... et par ... **Sophie BELVISI**

18h30

Alzhei' mère



**Ouvert à tous
Entrée libre
GRATUITE**

Sur scène, Sophie nous plonge dans son vécu personnel avec une sincérité désarmante : celui d'une fille qui voit sa mère sombrer dans un Alzheimer précoce. Plutôt que de céder à la fatalité, elle choisit la magie, l'imagination et l'humour pour traverser cette épreuve et la partager avec le public.

*Entre anecdotes humoristiques, moments touchants
et quelques vocalises qui illuminent la scène,
ce spectacle est avant tout un hymne à la vie.*

« Un spectacle que vous n'êtes pas prêts d'oublier »
Sophie répondra à vos questions après la représentation.

Cette journée de rencontre avec les professionnels vous apportera de nombreuses réponses sur le maintien à domicile, les structures pouvant aider en cas de difficulté ou besoin de répit, ainsi que les associations qui soutiennent nos aînés.

Cette journée est organisée par :

L'USSAP : EHPAD et Hôpital de jour

Le Centre Hospitalier Limoux - Quillan :

Service Soins Infirmiers A Domicile, les EHPAD

Plateforme de répit/Accueil de jour

L'association France Alzheimer Aude :

Soutien individuel et groupes de parole

Le Département de l'Aude :

Espace Seniors Moyenne et Haute Vallée de l'Aude

Accueil, informations, accompagnements seniors/ aidants

Service Aide Sociale – APA

Les caisses de retraite complémentaires :



Remerciements à nos partenaires :

