



" Je souhaite avoir des repères sur ma manière d'être/de faire en tant que proche aidant. "

" J'ai pourtant l'impression de bien faire mais je suis perdu(e) "

" Comment savoir quand je dois passer le relais ? "

" En tant que proche aidant, j'aimerais pouvoir parler de mes difficultés sans me sentir jugé-e. "

VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE (CONJOINT, PARENT, ENFANT...) EN PERTE D'AUTONOMIE OU EN SITUATION DE HANDICAP ?

Venez nous rejoindre pour un temps d'échange et de réflexion collective.

Cette action est organisée par un collectif de partenaires : **LE CENTRE, CIF-SP, ALMA 86-17, Plateforme de Répit des Aidants, Vienne Autonomie Conseils.**

Action gratuite, inscription obligatoire :

CIF-SP / 09 81 97 12 91 / secretariat-formation@cif-sp.org

AIDANTS ET APPRENANTS : S'INFORMER POUR SE PRÉSERVER

À CHAMPAGNÉ-SAINT-HILAIRE les mardis de 14h30 à 16h30.

Salle des fêtes, 2ter route de Sommières, 86160 Champagné-Saint-Hilaire.

23/02 Séance 1 :

Moi aidant, mes besoins, mes limites...

02/03 Séance 2 :

La gestion du quotidien, les aides techniques.

09/03 Séance 3 :

Dispositifs d'accompagnement et ressources du territoire.

16/03 Séance 4 :

Activités, manutention et communication relationnelle.

23/03 Séance 5 :

Synthèse et retours d'expériences.

Il est préférable de participer à l'entièreté du cycle.

Si vous rencontrez des difficultés pour pouvoir participer à cette action (garde de votre proche aidé, transport...), n'hésitez pas à nous contacter et nous trouverons une solution