



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

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

" 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 Territoriale d'Appui (PTA 16)**

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 ANGOULÊME les mardis de 14h30 à 16h30.

5 Chem. de Halage, 16000 Angoulême

21/09 Séance 1 :

Moi aidant, mes besoins, mes limites...

28/09 Séance 2 :

Dispositifs d'accompagnement et ressources du territoire.

05/10 Séance 3 :

La gestion du quotidien, les aides techniques.

12/10 Séance 4 :

Activités, manutention et communication relationnelle.

19/10 Séance 5 :

Synthèse et retours d'expériences.

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

Pass sanitaire demandé

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