



### Pour qui ?

Ces ateliers s'adressent aux aidants qui accompagnent un proche en situation de handicap ou atteint d'une maladie neuro-évolutive (Alzheimer, Parkinson...)

➤ Vous pouvez venir à plusieurs membres d'une même famille.

### Intervenants

L'équipe du Relais des aidants

### Déroulement

Un cycle de 5 rencontres :

**Les mercredis de 14h30 à 17h00**

**29 mars, 4, 12, 19 et 26 avril 2023**

**Salle d'animation du CCAS  
36 rue Léo Lagrange  
TRIGNAC**



### Oui mais ...

- « J'ai un souci de transport... »
- « Je ne peux pas laisser mon proche malade seul... »

➤ **Une solution sera cherchée avec les partenaires !**

✂ -----

- Je souhaite participer au cycle « Mieux vivre son rôle d'Aidant »  
à TRIGNAC Mars/Avril 2023**

**NOM - PRENOM :** .....

**ADRESSE :** .....

**TELEPHONE :** .....

**MAIL :** .....

**Pathologie/handicap de mon proche :** .....

- J'ai un problème de transport  Je souhaite que mon proche malade soit accueilli



Mesures adaptées en fonction de la situation sanitaire.



## ALFa Répît – le Relais des aidants

Tél : 02.40.66.94.58

Mail : [contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)

Site : [www.alfarepit.fr](http://www.alfarepit.fr)



***Vous accompagnez votre conjoint, parent, enfant en situation de handicap ou atteint d'une maladie neuro évolutive (Alzheimer, Parkinson...)***

## Mieux vivre son rôle d'Aidant

**Venez découvrir ces ateliers....**

*Pour rencontrer et partager  
avec d'autres aidants*

*Réfléchir à vos besoins*

*Ajuster votre place et votre  
relation à l'autre.*

**Sur Inscription :**

**02.40.66.94.58**

**TRIGNAC**

**Salle d'animation du CCAS  
36 rue Léo Lagrange**

**Gratuit**

**Les mercredis  
de 14h30 à 17h00**

**29 mars :** Être reconnu et  
se reconnaître comme aidant

**5 avril :** La relation d'aide

**12 avril :** Reconnaître et  
comprendre ses émotions en  
tant qu'aidant

**19 avril :** Besoins et  
ressources

**26 avril :** La sante de  
l'aidant boîte à outils pour  
prendre soin de soi