

Les associations Adapei 49 et IREPS Pays de la Loire vous proposent :

UN PROGRAMME D'ACTIVITÉS POUR LA SANTÉ DES AIDANTS

(de personnes en situation de handicap)

PRENDRE SOIN DE MOI POUR PRENDRE SOIN DE L'AUTRE

Réunion d'information

le vendredi 1er octobre 2021

48 rue des Bons Enfants

49300 CHOLET



Avec la participation de la



OBJECTIFS DU PROGRAMME

- ~ Rompre son isolement en rencontrant d'autres proches aidants
- ~ Prendre soin de soi et se (re)découvrir positivement
- ~ Lâcher-prise avec des activités artistiques, ludiques et conviviales
- ~ Partager ses expériences, ressources et savoir-faire d'aidant

PUBLIC POUVANT BÉNÉFICIER DU PROGRAMME

- ~ Tout aidant d'enfant et/ou d'adulte en situation de handicap (parent, grands-parents, frère, sœur...)

Si vous êtes intéressé-e et si vous êtes confronté-e à des difficultés pour participer à l'atelier, contactez-nous! Nous chercherons ensemble comment les résoudre. Un professionnel d'Esca'l (Adapei49) pourra être présent pour accueillir le proche aidé.

TERMES CLÉS

- ~ Convivialité, échanges, soin de soi, détente, connaissances, musique, jeux, sensorialité...

Réunion d'information	○	Vendredi 1er octobre 2021	○	10h - 11h
Séance 1	○	Vendredi 15 octobre	○	
Séance 2	○	Vendredi 22 octobre	○	
Séance 3	○	Vendredi 12 novembre	○	De 10h à 12h
Séance 4	○	Vendredi 26 novembre	○	
Séance 5	○	Vendredi 3 décembre	○	
Séance 6	○	Vendredi 10 décembre	○	
Séance 7	○	Vendredi 17 décembre	○	

CONTACT : MAROUSSIA EVETANCHENCO
02.41.05.06.49 emaroussia@irepspd.org

Atelier santé des aidants

"Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre"

COUPON RÉPONSE

**Réunion d'information
le vendredi 1er octobre
48 rue des Bons Enfants
49300 CHOLET**

NOM : _____

PRENOM : _____

ADRESSE POSTALE : _____

TELEPHONE : _____

MAIL : _____

Je participe à la réunion d'information du **vendredi 1er octobre de 10h à 11h**

Je ne peux pas participer mais je souhaite être rappelé-e pour échanger sur l'atelier

**Envoyer votre coupon
réponse par voie postale :**

IREPS Pays de la Loire
La Cité
58 boulevard du Doyenné
49100 ANGERS

**Ou un mail
de réponse :**

mlegeay@irepspd.org

Ou **[cliquez ici](#)**
**directement
pour vous inscrire**