

La Plateforme d'Accompagnement et de Répét des Aidants

vous propose les ateliers :



Vous prenez soin d'un proche fragilisé
par la maladie, le handicap ou l'âge ?

Participez à nos groupes d'échanges entre aidants
par **téléphone** - gratuits - anonymes



Composez un numéro
pour vous connecter



Échangez avec d'autres
aidants pour partager votre
vécu et vous sentir moins seul



Prenez un temps pour
vous et découvrez des
solutions concrètes



AVEC NOS PROCHES



LE PROGRAMME

Les ateliers sont proposés de **13h à 14h**

Mercredi 11 septembre 2024 2024

« **Appréhender son rôle d'aidant** »

Mercredi 9 octobre 2024

« **L'aide à un proche, quelles limites ?** »

Mercredi 27 novembre 2024

« **Je me sens seul(e), on en parle ?** »

Mercredi 11 décembre 2024

« **Comprendre et accueillir mes émotions** »

Information et inscription :

Laure Vezin - Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants Sud 92

Contact : **01 46 42 31 51** – para@fondation-odilon-lannelongue.fr