

Vous accompagnez un proche avec une autonomie réduite ?

DÉCOUVREZ À
LOCHES

LES SAMEDIS

GRATUITS



ATELIERS
PROCHES AIDANTS

VOTRE PROCHE PRIS EN CHARGE *

La santé de
mon proche et
la mienne

Les aides et
mes droits

Stress,
communication
et émotions

Contacts et inscriptions

Anna LINDE

07.82.08.58.82

anna.linde@famillesrurales.org



**Familles
rurales**
Vivre mieux !
INDRE-ET-LOIRE

* Pour votre proche

Pour ne pas le laisser seul,
nous avons des solutions
gratuites. Contactez-nous !

NOS ATELIERS

Avec des professionnels du territoire et d'autres aidants, développez des connaissances et compétences qui peuvent vous être utiles au quotidien.

Stress, communication et émotions

Les mots des émotions
Gérer son stress et ses émotions

*

Atelier de Sophrologie

Samedi 02 juillet 2022
voir ateliers sur Ligueil

La santé de mon proche et la mienne

Les changements d'habitudes alimentaires

Le samedi 01 octobre 2022

De 10h à 12h

*

Les risques de déglutition

Le samedi 15 octobre 2022

de 10h à 12h

*

Mon proche ne mange pas, que faire ?

Le samedi 22 octobre 2022

De 10h à 12h

*

Les gestes qui sauvent

Le samedi 29 octobre 2022

De 14h à 18h

*

Les objets du quotidien

Le samedi 05 novembre 2022

De 10h à 12h

*

Déplacer son proche en sécurité

Le samedi 19 novembre 2022

De 10h à 12h

Les aides et mes droits

Le répit

Le samedi 12 novembre

De 10h à 11h30

*

Les aides administratives,
financières et humaines

à venir 2023

*

Les droits des proches aidants

à venir 2023