

**FORMATION AIDANT D'UN
PROCHE EN SITUATION DE
HANDICAP**

GRATUIT

Vous accompagnez un proche en situation de handicap dans ses activités du quotidien, cette formation est faite pour vous.

La formation a pour objectif de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche en situation de handicap et de renforcer votre capacité à agir. Il s'agit aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez vous.

Elle comprend **4 MODULES de 3h** :

Module 1

HANDICAP ET RELATION D'AIDE

8 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 2

ÊTRE AIDANT : Quelle posture ? Quel rôle ? Quelles limites ?

15 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 3

**TROUVER SA PLACE DANS LA RELATION AU QUOTIDIEN
AVEC SON PROCHE ET AVEC LES PROFESSIONNELS**

29 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 4

**COMMENT CONCILIER SA VIE D'AIDANT ET SA VIE
PERSONNELLE ET SOCIALE ?**

8 décembre 2022 de 9h à 12h

INSCRIPTIONS

Les places sont limitées.

contact@codes30.org

04.66.21.10.11

LIEU



Espace ressources AIDANTS

58 avenue Georges

Pompidou à Nîmes

**FORMATION AIDANT D'UN
PROCHE EN SITUATION DE
HANDICAP**

GRATUIT

Vous accompagnez un proche en situation de handicap dans ses activités du quotidien, cette formation est faite pour vous.

La formation a pour objectif de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche en situation de handicap et de renforcer votre capacité à agir. Il s'agit aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez vous.

Elle comprend **4 MODULES de 3h** :

Module 1

HANDICAP ET RELATION D'AIDE

8 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 2

ÊTRE AIDANT : Quelle posture ? Quel rôle ? Quelles limites ?

15 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 3

**TROUVER SA PLACE DANS LA RELATION AU QUOTIDIEN
AVEC SON PROCHE ET AVEC LES PROFESSIONNELS**

29 novembre 2022 de 9h à 12h

Module 4

**COMMENT CONCILIER SA VIE D'AIDANT ET SA VIE
PERSONNELLE ET SOCIALE ?**

8 décembre 2022 de 9h à 12h

INSCRIPTIONS

Les places sont limitées.

contact@codes30.org

04.66.21.10.11

LIEU



Espace ressources AIDANTS

58 avenue Georges

Pompidou à Nîmes

4 MODULES de 3h conçus comme un parcours à suivre :

Module 1 HANDICAP ET RELATION D'AIDE

Ce module propose de s'interroger sur la manière dont chacun se représente le handicap et de réfléchir à la manière dont on s'investit dans la relation d'aide.

Module 2 ÊTRE AIDANT : Quelle posture ? Quel rôle ? Quelles limites ?

Ce module a pour objectif d'identifier ses représentations de la relation d'aide et d'en interroger la nature et les limites. Il s'agit également de se questionner sur sa propre santé, son ressenti, et d'identifier ses besoins et ses limites d'aidant.

Module 3 TROUVER SA PLACE DANS LA RELATION AU QUOTIDIEN AVEC SON PROCHE ET AVEC LES PROFESSIONNELS

Ce module vise à identifier les changements dans ce que l'on partage au quotidien avec son proche, à réfléchir à la place et au rôle que l'on occupe pour le proche au quotidien. Il s'agit également d'identifier les difficultés rencontrées dans les relations avec les professionnels, et de repérer comment se positionner dans une relation équilibrée avec le proche et les professionnels, tout en respectant le rôle et la place de chacun.

Module 4 COMMENT CONCILIER SA VIE D'AIDANT ET SA VIE PERSONNELLE ET SOCIALE ?

Ce module a pour objectif de repérer les difficultés de la conciliation de sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale, de connaître les dispositifs pouvant faciliter cette conciliation, et de définir des stratégies pour y parvenir.

4 MODULES de 3h conçus comme un parcours à suivre :

Module 1 HANDICAP ET RELATION D'AIDE

Ce module propose de s'interroger sur la manière dont chacun se représente le handicap et de réfléchir à la manière dont on s'investit dans la relation d'aide.

Module 2 ÊTRE AIDANT : Quelle posture ? Quel rôle ? Quelles limites ?

Ce module a pour objectif d'identifier ses représentations de la relation d'aide et d'en interroger la nature et les limites. Il s'agit également de se questionner sur sa propre santé, son ressenti, et d'identifier ses besoins et ses limites d'aidant.

Module 3 TROUVER SA PLACE DANS LA RELATION AU QUOTIDIEN AVEC SON PROCHE ET AVEC LES PROFESSIONNELS

Ce module vise à identifier les changements dans ce que l'on partage au quotidien avec son proche, à réfléchir à la place et au rôle que l'on occupe pour le proche au quotidien. Il s'agit également d'identifier les difficultés rencontrées dans les relations avec les professionnels, et de repérer comment se positionner dans une relation équilibrée avec le proche et les professionnels, tout en respectant le rôle et la place de chacun.

Module 4 COMMENT CONCILIER SA VIE D'AIDANT ET SA VIE PERSONNELLE ET SOCIALE ?

Ce module a pour objectif de repérer les difficultés de la conciliation de sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale, de connaître les dispositifs pouvant faciliter cette conciliation, et de définir des stratégies pour y parvenir.