asa
faire la différence pour tous
Réseau adédom

Ville de Revel
Centre Communal d'Action Sociale

PARCOURS DES AIDANTS : Se faire aider pour mieux aider

GRATUIT

Vous accompagnez un proche âgé de + de 60 ans, en perte d'autonomie

L'Association ASA organise près de chez vous

une conférence à destination des aidants, sans critères d'âge.

Dès 22 mars vendredi
de 14h30 à 16h30
au CCAS

Afin d'améliorer la qualité de vie des aidants de plus de 60 ans, pensez à la prévention !

Pour les ateliers collectifs, veuillez consulter notre site internet :
www.asa-asso.com

*Possibilité d'accompagnement de votre proche lors de ces groupes par une assistante de soin en gérontologie**

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

Dès le vendredi 29 mars 2024 de 14h30 à 16h30

Information-sensibilisation

7 séances hebdomadaires animées
par :
Une psychologue,
Une psychomotricienne,
Un pair-aidant

Différentes thématiques seront abordées, telles que :

- **Comprendre la pathologie de son proche**
- **Ces troubles qui nous troublent**
- **La relaxation**
- **Les dispositifs professionnels**

GRATUIT

1ère séance le 29 mars
2e séance le 5 avril
3e séance le 12 avril
4e séance le 26 avril
5e séance le 3 mai
6e séance le 17 mai
7e séance le 24 mai

Dès juin 2024

Groupe de parole

Un groupe d'échanges et de partage sera proposé à l'issue de ces séances.

*sur inscription

Rendez-vous au CCAS : 2 Boulevard Jean-Jaurès 31250 REVEL

Renseignements et Inscriptions : ASA : 05.61.15.74.84
prevention@asa-asso.com
CCAS : 05 62 71 32 71