

1 CYCLE DE 4 ATELIERS DE 2H30

LES AIDANTS

SE PRENNENT EN MAIN

PARCOURS DE PRÉVENTION POUR LES AIDANTS FAMILIAUX

ATELIERS GRATUITS SUR INSCRIPTION

Démarrage du cycle d'ateliers :

MARDI 9 MAI 2023

à **14H00**



La Fibule - 7 rue Jacques Kablé
67170 **BRUMATH**

Nos partenaires :



PROGRAMME

DES 4 ATELIERS :

- ↳ Les ateliers se dérouleront de 14h00 à 16h30.
- ↳ Accueil à partir de 13h30

Mardi 9 mai 2023

Formation : initiation **aux gestes de premiers secours.**

Lundi 22 mai 2023

Formation : acquérir **des techniques pour accompagner son aidé, en toute sécurité.**

Lundi 5 juin 2023

Atelier : apprendre à se détendre et à **se relaxer autour du rire.**

Mardi 20 juin 2023

Atelier : apprendre à **lâcher prise par la sophrologie.**

Témoignage :



« J'ai trouvé des informations claires et acquis des techniques pour mieux accompagner ma femme au quotidien ».

M. Blanck, participant au parcours de Sélestat.

Renseignements et inscriptions :

Asept Alsace - 03 89 20 79 40 ou par mail alsace@msa-services-alsace.fr

