

## La Croix-Rouge française et l'Association Française des Aidants organisent à Nissan-lez-Ensérune des formations à destination des aidants

### Se former pour mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien !

Dans le cadre de son adhésion avec l'Association Française des Aidants, la Résidence Louis FONOLL, établissement de la Croix-Rouge Française met en place six modules de formation à destination des aidants.

Les proches aidants sont ces 8,3 millions de personnes en France, parents, enfants, époux(se), voisins ou ami(e)s qui accompagnent un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge.

La Formation des Aidants, développée par l'Association Française des Aidants, et soutenue par la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) et par l'AG2R La Mondiale est un dispositif proposant six modules de formation de trois heures chacun à **destination de tous les proches aidants**.

#### *Pourquoi participer à une Formation des Aidants ?*

*On devient proche aidant pour différentes raisons et souvent malgré soi, sans même le savoir parfois, et presque toujours sans y être préparé. Sans avoir eu le temps de se questionner non plus, de prendre un certain recul afin d'analyser la situation pour mieux la comprendre. Il ne s'agit pas de former les aidants à se substituer aux professionnels ; bien au contraire ! La formation est un temps pour soi, un chemin dans lequel on s'aventure pour y puiser ses propres réponses. **Les modules de formation ont été construits en ce sens, comme un parcours libre où chacun construira ses solutions pour mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien.***

Début de la formation le 12 JANVIER 2023:  
de 14h à 17h

**JEUDI 12 JANVIER** - Module 1 : Quand la maladie, le handicap s'imisce dans la relation au proche

**JEUDI 19 JANVIER** - Module 2 : Etre aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites

**JEUDI 26 JANVIER** - Module 3 : La relation au quotidien avec son proche

**JEUDI 2 FEVRIER** - Module 4 : Trouver sa place avec les professionnels

**JEUDI 9 FEVRIER** - Module 5 : Moi, mon proche et la vie quotidienne

**JEUDI 16 FEVRIER** - Module 6 : Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale ?

**Cette formation est gratuite, cependant le nombre de places est limité !**

**Pour s'inscrire, contacter : Angélique BARD au :**

**04 67 30 97 85**

**Ou par mail : [adj-ehpad.nissan@croix-rouge.fr](mailto:adj-ehpad.nissan@croix-rouge.fr)**

