



## FORMATION DES AIDANTS

---

Madame, Monsieur,

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ?  
Venez participer gratuitement à une formation qui vous est destinée !  
Animée par un formateur expérimenté, cette formation permet de se questionner et d'analyser sa situation et de mieux connaître ses propres ressources et celles de son environnement.

Vous le savez, 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.**



### Les prochaines sessions de formation auront lieu :

**AUXERRE:** formation portée par Réseau de Santé Mentale de l'Yonne.

Contact : Réseau de Santé Mentale de l'Yonne  
03.86.94.39.90/ [rsmy@chs-yonne.fr](mailto:rsmy@chs-yonne.fr)

La Formation des aidants développée par l'Association Française des Aidants propose un parcours de formation de six modules de trois heures chacun à destination des proches aidants. Voir programme au dos :

En partenariat avec :



Avec le soutien de :





**Dispositif de Formation des Aidants  
Association Française des Aidants**

<b>Module 1 : Quand la maladie, le handicap s'imisce dans la relation au proche</b>	27 Février- 14h00/ 17h00
<b>Module 2 : Etre aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites</b>	06 Mars- 14h00/ 17h00
<b>Module 3 : La relation au quotidien avec son proche</b>	12 Mars- 14h00/ 17h00
<b>Module 4 : Trouver sa place avec les professionnels</b>	20 Mars-14h00/ 17h00
<b>Module 5 : Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne ?</b>	27 Mars- 14h00/ 17h00
<b>Module 6 : Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale ?</b>	03 Avril- 14h00/17h00

**Ces formations sont gratuites, cependant le nombre de places est limité !**

**Pour plus d'informations sur les contenus des modules, les lieux des formations et pour vous inscrire, vous trouverez ci-joints les flyers explicatifs**

En partenariat avec :



Avec le soutien de :

