

# Ateliers d'aide aux aidants

pour comprendre le rôle d'aidant  
de personnes en situation de handicap  
et prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre

Une psychologue vous propose une écoute bienveillante, des informations pratiques au quotidien, des échanges et une orientation...

Action  
gratuite

Ces ateliers se déploieront à

**Montbrison** - 42600

MJC du Montbrisonnais

12 avenue Charles de Gaulle

Sur  
inscription

Connaitre l'impact sur l'aidant de l'accompagnement de son proche  
Lundi 16 janvier 2023 de 14 h à 16 h 30

Quelques clés pour mieux communiquer et s'adapter jour après jour  
Lundi 23 janvier 2023 de 14 h à 16 h 30

Les aides possibles pour accompagner les aidants  
Lundi 30 janvier 2023 de 14 h à 16 h 30

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre  
Lundi 6 février 2023 de 14 h à 16 h 30

Possibilité de prendre en charge la personne aidée pendant les ateliers  
pour faciliter votre participation

Pour tout renseignement et inscription :

06 20 07 95 61—[filierepa@ch-forez.fr](mailto:filierepa@ch-forez.fr)