



une
PAUSE,
un
SAVOIR

Vous accompagnez un proche ayant un handicap, vous êtes un maillon essentiel de sa vie à domicile

Vous êtes devenu son soutien psychologique, vous cherchez des solutions d'aides techniques, vous assurez le suivi santé ...

Vous devez tout savoir, tout connaître, rester disponible et solide ...

Et pourtant ...



La fatigue et l'épuisement
vous guettent ...

Difficile de se repérer
dans tous les dispositifs,
les différents interlocuteurs ...

Vous ressourcer,
vous informer, vous
former et partager vos
trucs et astuces au quotidien est
essentiel pour tenir sur la longueur
et préserver la qualité
de votre accompagnement et
la relation avec la personne
aidée.

Et encore
plus difficile
parfois de demander
de l'aide ou de
faire une pause.

Rejoignez notre groupe « Une pause un savoir » afin d'aborder tous les aspects de vos préoccupations en tant qu'aidants. Que ce soient les aspects relationnels, techniques, médicaux et sociaux.

Pour toute question ou pour vous inscrire, contactez le secrétariat :
02 99 84 26 60

Un vendredi par mois de 14h à 16h au SAMS 35



Action financée par
le Conseil Général d'Ille et Vilaine.