

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 :

JEUDI 28 SEPTEMBRE 2023
à **14H00**



Résidence Services Seniors DOMITYS - L'Organdi
20 rue du Noyer - 68260 **KINGERSHEIM**

Nos partenaires :



PROGRAMME

DES 4 ATELIERS :

↳ Les ateliers se dérouleront de 14h00 à 16h30.

↳ Accueil à partir de 13h45

Jeudi 28 septembre 2023

Formation : initiation aux gestes de premiers secours.

Jeudi 5 octobre 2023

Atelier : apprendre à lâcher prise par la sophrologie.

Jeudi 12 octobre 2023

Atelier : découvrir des outils et des techniques afin d'améliorer son sommeil

Jeudi 19 octobre 2023

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

Témoignage :



« J'ai trouvé des informations claires et acquies 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 aseptalsace@msa-services-alsace.fr

