

Soutien aux aidants familiaux

Programme et inscriptions



Présentation

Face au vieillissement massif de la population est lié, en parallèle, une augmentation croissante du nombre de personnes aidant un proche dépendant ou malade.

Estimé à 11 millions en France, vous êtes l'un de ces aidants familiaux apportant à votre proche de l'aide pour les activités quotidiennes, un soutien moral et psychologique, parfois de l'aide matérielle ou financière.

Parce que votre santé et votre bien-être doivent également être préservés, nous vous proposons gratuitement un programme d'actions diverses, réalisé dans un cadre convivial et animé par des professionnels où vous pourrez échanger, partager, et trouver des réponses concrètes pour vous et votre proche.

Inscription

Découvrez ci-dessous le contenu proposé. Choisissez de vous inscrire à un ou plusieurs ateliers.

Renvoyez cette fiche complétée **avant le 25 septembre 2021**
par mail à accueil@clik-billom.fr
ou par voie postale au 21 rue St Loup – 63160 BILLOM

NOM : Prénom :

Age :

Commune de résidence :

Téléphone fixe : Téléphone portable :

NOM de votre proche aidé :

Lien de parenté :

Programme des ACTIONS faites votre sélection en cochant les cases

Vos choix ?	Thèmes	Présentation – contenu	Dates	Lieux	Commentaires contrainte, besoin d'aide pour participer...
<input type="checkbox"/>	Atelier collectif 	Une séance de 3h entre pairs animée par un(e)psychologue. Echanges à partir de votre vécu, apports théoriques sur la gestion du stress, exercices, jeux...	<input type="checkbox"/> 28 octobre ou <input type="checkbox"/> 18 novembre ou <input type="checkbox"/> 2 décembre	<input type="checkbox"/> Clic Billom <input type="checkbox"/> Clic Ambert	
<input type="checkbox"/>	Atelier Art thérapie 	6 séances de 3h avec votre proche. Activités créatives individuelles ou collectives, à partir de supports choisis selon vos goûts, vos envies...	A l'automne Dates à définir en fonction des inscriptions	<input type="checkbox"/> A votre domicile (en binôme avec votre proche) <input type="checkbox"/> Clic Billom <input type="checkbox"/> Clic Ambert	
<input type="checkbox"/>	Atelier Conte et musique 	8 séances de 2h autour de l'art du conte et de la musique, concrétisées par la réalisation d'un film	4-11-25 oct. + 8-15-22-29 nov + 17 décembre	Au Clic Billom	
<input type="checkbox"/>	Entretien individuel avec un(e) psychologue 	Entretien confidentiel d'1h avec un psychologue afin de repérer et prendre en compte vos besoins tout en recherchant des solutions adaptées à votre situation (possibilité d'un 2 ^{ème} RDV)	A définir selon vos disponibilités	<input type="checkbox"/> A votre domicile <input type="checkbox"/> Clic Billom <input type="checkbox"/> Clic Ambert	
<input type="checkbox"/>	Atelier collectif « Sophrologie » 	Plusieurs séances d'1h avec un sophrologue formé pour se détendre par des exercices de respiration, de visualisation et de relaxation	A l'automne Dates à définir en fonction des inscriptions	Au Clic Billom	
<input type="checkbox"/>	Atelier collectif thématique « Les rendez-vous de l'aidant » 	1 fois par mois pour s'accorder une pause, se retrouver en petit groupe entre pairs, partager et développer des connaissances sur différents thèmes. Séances animées par un professionnel.	A partir de novembre 1 rendez-vous par mois pendant 1 an	Au Clic Billom	