

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap, ou de dépendance ?

ATELIERS DES AIDANTS

OCTOBRE 2023 À JUIN 2024



La fédération Familles Rurales organise des ateliers pour les aidants familiaux du département. Les aidants ont tendance à investir leur rôle avec l'idée qu'ils pourront tout prendre en charge, sans imaginer toutes les implications.

Nous souhaitons apporter aux aidants des outils et des compétences utiles pour améliorer leur vie quotidienne.

Nous proposons aux aidants différents ateliers animés par des professionnels compétents.



Nous vous donnons rendez-vous de
14h30 à 16h30 autour d'un thème
accompagné par des professionnels

03 OCTOBRE 2023

Gestion du stress : la sophrologie

Atelier animé par Mme GUIMARD, sophrologue

21 novembre 2023

Gestion du stress : la réflexologie

Atelier animé par Mme CORDIOUX, réflexologue

05 décembre 2023

Atelier relaxation

Atelier animé par Alexandra et Floriane de Sno and Zen

18 janvier 2024

Atelier « notion de répit »

Atelier animé par Mme PARIS du PIF PEP28, Ellen familles Rurales

06 février 2024

Atelier relaxation : QI GONG

Animé par Mme GUIMARD, sophrologue

16 avril 2024

Atelier nutrition

Atelier animé par Mme ROUZIES COLAS

30 mai 2024

Atelier « mes droits d'aïdants »

Atelier animé par Mme PARIS du PIF PEP28, Ellen familles Rurales

03 juin 2024

Atelier aromathérapie

Atelier animé par Mme LECOMTE, aromathérapeute

Inscription obligatoire !

À cette adresse :

Lieu à déterminer

28400 Nogent le Rotrou

Contact :

02.45.26.01.30

Fd.eureetloir@famillesrurales.org

Les ateliers sont soutenus par nos partenaires :

