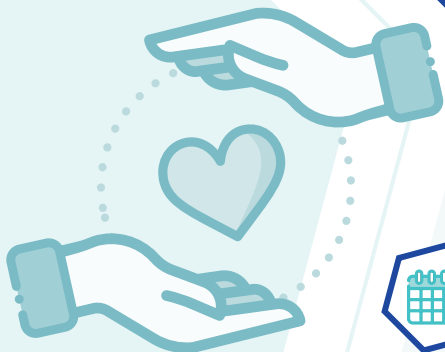




RENCONTRE SANTÉ
LA SANTÉ DES AIDANTS

Prenons soin
de ceux qui aident



Mardi 1^{er}

FÉVRIER 2022

A partir de 14h



SALLE POLYVALENTE

5 rue de la Mairie
BRÉAL-SOUS-VITRÉ



ÊTRE AIDANT ET RESTER
EN BONNE SANTÉ !

Un parcours de 45 min avec :

- Une exposition commentée
- Une écoute et des conseils avec une psychologue pour être accompagné
- Une présentation d'un guide-ressources pour les aidants

(Différents créneaux proposés avec possibilité d'accueillir la personne aidée durant le parcours)

Informations
& Inscription

CLIC des Portes
de Bretagne

clic.vitrecommunaute@ccasvitre.fr

02.99.74.33.01



#RDVaidants

Environ 1 Français sur 6 accompagne au quotidien un proche (conjoint, enfant, parent, ami...) en perte d'autonomie du fait de l'âge, d'un handicap ou d'une maladie chronique et vous êtes peut-être dans cette situation. Cela peut mettre le corps et l'esprit à l'épreuve.

COMMENT ÊTRE AIDANT ET RESTER EN BONNE SANTÉ ?

Nous vous proposons de participer à un parcours prévention pour échanger avec un ou des professionnel(s) et d'autres personnes concernées pour réfléchir ensemble au rôle d'aidant, à ses difficultés mais aussi à ses richesses !

Ce parcours prévention s'organise en 3 temps :

- Temps collectif autour d'une exposition, animé par la chargée de prévention de la Mutualité Française Bretagne
- Temps individuel ou collectif animé par une psychologue
- Présentation du Guide-ressource « Je suis aidant(e), quelles ressources sur le Pays de Vitré-Porte de Bretagne ? », animé par la coordinatrice du CLIC

Ce temps est gratuit et ouvert à toute personne de plus de 16 ans.