

## Vous aidez un proche au quotidien qui a un handicap moteur ou un polyhandicap

Participez à nos sensibilisations / formations co-animées par un aidant et un professionnel

« A partir des besoins et des attentes des aidants familiaux, l'APF a conçu un programme de sensibilisation formation appelé à se décliner sur l'ensemble du territoire national »

**L'APF vous propose des sensibilisations-formations :**

- ⚡ - Gratuites
- Près de chez vous
- Sur 10 thèmes possibles
- Au sein d'un groupe de 10 aidants familiaux
- Organisées sur des journées, demi-journées ou soirées
- Co-animées par un binôme formateur et pairformateur

⚡ **Et aussi un espace pour :**

- Participer à un temps de réflexion
- Communiquer avec des pairs
- Mobiliser vos ressources
- Contribuer à une expression commune
- Développer vos savoirs
- Renforcer vos possibilités d'action

Contact : [aidants.familiaux@apf.asso.fr](mailto:aidants.familiaux@apf.asso.fr)

⚡ **Venez enrichir vos savoirs théoriques et partager vos expériences :**

Autour des thèmes suivants:
Être aidant familial : les répercussions familiales, professionnelles et sociales - 7h
Se maintenir en bonne santé - 14h
La complémentarité aidants familiaux – professionnels : Comment s'entendre ? - 7h
Autour de l'annonce : Pourquoi moi ? Pourquoi nous ? Pourquoi dans ma famille ? Pourquoi ? ... 3h 1/2
Être aidant familial aux différentes étapes de la vie de la personne aidée : à chaque étape de nouvelles interrogations - 7h
Les aides et les droits des aidants familiaux : comment les trouver, comment s'y retrouver ? - 7h
Les approches techniques et pratiques : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manutention du corps humain - 7h</li> <li>- Alimentation et diététique - 7h</li> <li>- Aides à la communication - 7h</li> <li>- Aménagements, entretien du fauteuil roulant, du fauteuil roulant électrique - 3h 1/2</li> </ul>

**Vous êtes intéressé.e ?**

Parlez-en avec la délégation APF de votre département, l'établissement ou le service APF qui accompagne votre proche.