PROCHES AIDANTS

DEUX JOURNÉES DÉTENTE POUR VOUS

Jeudi 5 Octobre 2023

Jeudi 9 Novembre 2023

Salle de l'Arbuel, Condrieu

Vous accompagnez et soutenez un proche en situation de handicap ou de fragilité

VOUS ÊTES LÀ POUR ELLE ? VOUS ÊTES LÀ POUR LUI ?
NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS !

2 Journées gratuites
Repas offert
Possibilité d'accueillir votre proche aidé sur demande

Inscription indispensable auprès de L'AIAD
avant le 25/09/2023

04 74 78 74 78

aiad@aiad-regioncondrieu.fr

AU PROGRAMME

Inscription à toute ou partie des journées

Jeudi 5 Octobre 2023

10h00-12h30	Accueil Représentation théâtrale sur l'aidance et temps d'échange
12h30-14H30	Repas
14h30-17H00	Activités individuelles : toucher détente, soins d'esthétiques, réflexologie Activité collective : cohérence cardiaque

Jeudi 9 Novembre 2023

10h00-12h30	Accueil Temps collectif : gestes et postures Je prends soin de moi Temps d'échange
12h30-14H30	Repas
14h30-17H00	Temps individuel : massage assis, ergothérapie, découverte de l'ostéopathie, toucher détente Activité collective : sophrologie

Un espace d'information sera à votre disposition.
Vous pourrez poser des questions, prendre contact avec des professionnels...
et rencontrer d'autres proches aidants.

iad Une aide, une présence — VIVA SERVICES — RHÔNE LE DÉPARTEMENT — CENTRE HOSPITALIER DE CONDRIEU — MRSI Maison Ressource Santé en Isère