

Plateforme d'Accompagnement et d'Aide au Répit des Aidants

La plateforme de répit des aidants Part'age vous propose des séances de 'Bien-être' dans la limite de 3 séances offertes par an :

- des formations-informations
- de l'écoute attentive avec une psychologue
- des ateliers aidants-aidés
- des heures de répit
- des séances d'esthéticienne

Sur inscription et pour plus d'informations

Par mail : plateforme.aidants@icsy.fr

Par téléphone : 01.61.08.66.61 - 06.07.11.84.47



Planning du mois d'octobre

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
30 septembre	1 ^{er} octobre	2 octobre	3 octobre	4 octobre	5 octobre
			* MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à St Rémy les Chevreuse		
7 octobre	8 octobre	9 octobre	10 octobre	11 octobre	12 octobre
* SOPHROLOGIE 10h00 ou 11h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet * MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	FORUM DE LA PLATEFORME DES AIDANTS présentation de nos partenaires de 14h00 à 16h00 salle Antoinette Vernes 14 rue Antoinette Vernes 78120 Rambouillet		*MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à St Rémy les Chevreuse MARCHE DOUCE à 13h30 RDV parking du Château de Rambouillet	* REFLEXOLOGIE 14h30 ou 15h30 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	
14 octobre	15 octobre	16 octobre	17 octobre	18 octobre	19 octobre
	GRUPE DE PAROLE de 14h30 à 16h00 au Perray en Yvelines Salle du CCAS Maison des Solidarités 5 rue de l'Église • 78610 Le Perray-en-Yvelines		DANSE COUNTRY AIDANT/AIDE De 14h30 à 15h30 Salle de la Croix Rouge a Rambouillet	CAFE DES AIDANTS De 14h15 à 15h45 Mérinos Café – Bergerie Nationale de Rambouillet	
21 octobre	22 octobre	23 octobre	24 octobre	25 octobre	26 octobre
* SOPHROLOGIE 10h00 ou 11h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet * MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet			*MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à St Rémy les Chevreuse	* REFLEXOLOGIE 14h30 ou 15h30 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	
28 octobre	29 octobre	30 octobre	31 octobre	1 novembre	2 novembre
					REPAS THERAPEUTIQUE aidant/aidé de 10h00 à 15h00 au catalpa Rambouillet

* Limité à 3 séances offertes par an et par aidant

+ RDV une esthéticienne à votre domicile

Formation des aidants

Où et quand ?

- **Module 1** : Le jeudi 14 novembre 2024 à partir de 14h00
- **Module 2** : Le jeudi 28 novembre à partir de 14h00
- **Module 3** : Le mardi 3 décembre 2024 à partir de 14h00
- **Module 4** : Le jeudi 12 décembre 2024 à partir de 14h00
- **Module 5** : Le jeudi 9 janvier 2025 à partir de 14h00
- **Module 6** : Le jeudi 23 janvier 2025 à partir de 14h00

Adresse : **Salle de la Croix Rouge**

Plateforme d'Aide aux Aidants Partage,
Centre Hospitalier

13 rue Pasteur 78120 Rambouillet.

Et concrètement ?

La **Plateforme D'Aide aux Aidants Partage de l'ICSY et l'Association Française des Aidants** vous proposent un programme de formation séquencé en 6 modules.

Les deux premiers modules constituent le socle et seront suivis par les quatre autres. Cependant, la formation a été construite comme un parcours d'accompagnement et nous vous invitons, si vous le pouvez, à suivre l'ensemble des six modules.

La formation est gratuite mais le nombre de place est limité. Nous vous invitons à vous y inscrire le plus rapidement possible.

Pour obtenir des informations supplémentaires ou vous inscrire :

Contact :

Séverine DUPONT, psychomotricienne

06 07 11 84 47

plateforme.aidants@icsy.fr

Venez participer à une formation qui vous est destinée



Formation
des Aidants

RAMBOUILLET

Animée par des formateurs expérimentés, cette formation comprend 6 modules permettant de se questionner et d'analyser sa situation et de connaître ses propres ressources et celles de son environnement.

Un programme national de :



avec le soutien de :



INSTANCE DE COORDINATION SUD YVELINES

« Vers l'autonomie des personnes »

Formation des aidants

Une formation : dans quel but ?

La Formation des Aidants est un dispositif proposant plusieurs **modules de formation à destination des proches aidants**. La formation a pour objectifs de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche malade, en situation de handicap ou de dépendance afin de trouver les réponses adéquates à ses situations. L'objectif est aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez soi.

Les détails par module :



Module 1 : Quand la maladie, le handicap s'imisce dans la relation au proche

Le module 1 propose d'interroger la manière dont chacun se représente la maladie ou le handicap et ses effets sur les capacités et le comportement de son proche. Il s'agit également de réfléchir sur la manière dont on s'investit dans la relation d'aide. Il sera proposé des repères et d'approfondir ses connaissances sur différents concepts (autonomie, dépendance, handicap, maladie).



Module 2 : Être aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites

Le module 2 a pour objectifs de permettre à chacun d'identifier ses représentations de la relation d'aide et en interroger la nature et ses limites. Chacun pourra ainsi questionner sa propre santé, son ressenti et reconnaître ses besoins et les limites qu'il souhaite établir dans son rôle d'aidant.



Module 3 : La relation au quotidien avec son proche

Le module 3 propose à chacun d'identifier les changements intervenus dans la relation quotidienne avec son proche, de réfléchir à la place et au rôle que l'on occupe auprès de lui tous les jours. Le formateur proposera d'identifier des pistes pour se repositionner en tant que frère, épouse, enfant, ami au quotidien.



Module 4 : Trouver sa place avec les professionnels

Le module 4 invite les aidants à identifier quelles peuvent être les difficultés rencontrées dans les relations avec les professionnels. Ceci pour être dans une relation équilibrée avec ces derniers et son proche afin que chacun puisse avoir une vision claire de son rôle et de sa place.



Module 5 : Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne ?

Il s'agit, à travers de ce module 5, d'identifier les gestes de la vie quotidienne qui posent problème et de repérer les aides humaines et techniques existantes pour relever ces difficultés. Ainsi, chacun pourra trouver ses propres solutions pour faciliter la réalisation de certains gestes.



Module 6 : Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale ?

Ce dernier module permet d'interroger sa vie personnelle – sociale, familiale, professionnelle – et la manière dont elle est impactée par son rôle d'aidant. Il s'agit également de connaître les dispositifs pouvant faciliter la conciliation entre vie d'aidant et vie personnelle pour définir les stratégies que chacun peut et souhaite mettre en œuvre pour soi-même.

Le programme de formation est élaboré par l'Association Française des aidants :

Depuis sa création en 2003, l'**Association Française des Aidants** écoute et porte la parole des aidants. Face à une prise en compte de leur situation encore insuffisante, voire négative ou parfois même condescendante, elle milite pour que les aidants soient pris en considération dans leur juste rôle et leur juste place.