



Vous êtes aidant ? Participez à des ateliers gratuits !

Pour tous les proches aidants

«Se reconnaître aidant» est LA clé pour vivre son rôle d'accompagnant(e) sereinement, **Sophro institut**

Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre
Mathilde Pérol-Sarica, naturopathe

Apprendre à alléger la charge mentale et à se ressourcer
Meriç Duranson, sophrologue

Atelier de formation pour bien remplir ses dossiers : MDPH, APA, Via trajectoire, AAH, **Passerelle**

Soutien psychologique au travers d'ateliers Nature Créative
Charlotte Deligny, art-thérapeute

Créer un univers de paix intérieure
Prisca Denis, art-thérapeute

Pour les proches aidants de personnes touchées par une maladie chronique

Prendre soin des proches aidants de patients en hospitalisation à domicile
Centre Léon Bérard

Pour les proches aidants de personnes âgées

Académie MonSenior : des formations en ligne destinées aux aidants,
conçues par des experts

MonSenior

«Et si on soufflait ?» rencontre entre aidants, sessions d'information,
ateliers pour les aidés et les aidants

Résidence Le Château, Oméris

Les mouvements pour se faire du bien

Kiné Prévention Auvergne Rhône-Alpes

Pour les proches aidants de personnes en situation de handicap

Formations proches aidants et réalisation de capsules

Adapei 69

Les mouvements pour se faire du bien

Kiné Prévention Auvergne Rhône-Alpes

Espaces rencontres familles

Une souris verte



Scannez ceci
pour découvrir le programme

Pour en savoir plus :

contact@metropole-aidante.fr

04 72 69 15 28