

Prendre soin de moi pour prendre soin de mon proche

Venez participer gratuitement à cette formation pour les aidants, animée par une ergothérapeute du CRIAS

 Rdv au CRIAS
28 rue Etienne Richerand
69003 Lyon

Une formation de deux jours

Le 17 septembre de 9h30 à 16h

- **Expérimentez les techniques de manutention adaptées à vos besoins et les aides techniques aux transferts.**
 - Mal de dos ? Besoin de solutions pratiques ?
 - Apprenez les bons gestes pour préserver votre santé.

Le 24 septembre de 10h30 à 15h :

- **Découvrez l'appartement de démonstration ELSA**
 - Essayez et adoptez des aides techniques pour faciliter et rendre confortable votre quotidien et celui de votre proche
 - Profitez d'un déjeuner préparé par vos soins avec les aides techniques pour un moment convivial !



Si vous êtes intéressés et souhaitez vous inscrire

Par mail : m.lambert@crias.fr

Par téléphone : 06 58 39 01 59