

## Aide pour les aidants

L'aidant est une personne qui accompagne quotidiennement un proche - un parent, le conjoint, voire un enfant - touché par la dépendance due à l'âge, la maladie ou le handicap.



Comment gérer sa fatigue, ses émotions, son équilibre de vie ?

Pour pouvoir prendre soin d'une personne qui lui est chère, l'aidant doit savoir prendre soin de soi.

En partenariat avec le CCAS de la commune de Rosheim, le CMR convie les aidants\* à un temps de conférence, d'échange et de convivialité.

**Le samedi 17 janvier 2015**  
de 14h00 à 17h00  
**aux Halles du Marché de Rosheim**  
(place de la mairie)

### Programme :

- 14h00 : Accueil
- 14h30 : Conférence de Pierre Bouthier, formateur en soin relationnel:  
*Aidés et aidants : et si on communiquait autrement ?*  
*Trouver la juste distance pour tenir la distance.*  
*Une approche pour entendre les émotions de la personne aidée comme de ses aidants, inscrire la relation d'aide dans leur projet de vie.*
- 15h30 : Echanges entre les participants
- 16h00 : Débat avec l'intervenant
- 16h30 : Moment convivial autour du verre de l'amitié

### Informations pratiques :

- ✓ Inscription\*\* : par mail ou par téléphone auprès du CMR
- ✓ Entrée libre - plateau

(\*) La rencontre est également ouverte aux personnes qui ne sont pas –ou pas encore– en situation d'aidant mais qui sont intéressées par ces questions.

(\*\*) Une inscription est souhaitable, mais si vous arrivez à vous libérer en dernière minute, vous serez également les bienvenus