

CONFÉRENCE

adapa
AIDER & ACCOMPAGNER
À DOMICILE

Prendre soin de soi pour pouvoir prendre soin de son proche

Intervention du Dr Sylvie Chauvet,
médecin spécialiste de la douleur



**JEUDI 9
DÉCEMBRE**

14h-16h30

Accueil à partir de 13h30

Salle des fêtes
196 rue de la gare
01130 Saint Germain
de Joux

Réservé aux **proches aidants**
Possibilité de s'inscrire à des ateliers
en fin de conférence

Atelier 1 :
Se reconnaître
aidant : pas si
simple !

Atelier 2 :
Quelles ressources
localement pour
mon proche
et moi ?

Atelier 3 :
Penser à l'avenir :
Quand ?
Comment ?
...

Atelier 4 :
Découvertes
d'activités
bien-être

Les ateliers seront proposés en janvier, février et mars 2022
avec la participation des acteurs du territoire

ENTRÉE GRATUITE

Présentation du pass sanitaire à l'entrée
Possibilité de transport pour se rendre
à l'événement

Possibilité de garde pour votre proche
le temps de la conférence

Inscription souhaitée

 **07 87 07 47 78**

adapa
AIDER & ACCOMPAGNER
À DOMICILE

ars
Agence Régionale de Santé
Auvergne-
Rhône-Alpes

elie
Centre Local d'Information et de
Coordination du Pays Bellegardien

CC
Communauté
de Communes
du Pays
Bellegardien
Un pari sur l'avenir