

MODULES D'ACCOMPAGNEMENT AUX AIDANTS FAMILIAUX JEUDI 9,16 ET 23 NOVEMBRE DE 8H À 11H30 À LA MAISON DES ASSOCIATIONS

Le centre communal d'action sociale (CCAS) de la ville de Nouméa propose des modules d'accompagnement aux aidants familiaux. Ces ateliers sont destinés à tout aidant familial en charge de seniors, de personnes malades ou en situation de handicap.

Prendre du temps pour un proche malade, âgé ou en situation de handicap et l'accompagner durant une partie de sa vie peut être une expérience qui transforme.

Prendre en charge un proche en perte d'autonomie n'est pas sans conséquence sur la vie sociale et la santé d'un aidant.

Afin d'accompagner les aidants familiaux dans leur relation d'aide, le CCAS de Nouméa propose 3 modules d'information animés par des professionnels :

- Module 1 : « Être aidant et en bonne santé » : il traitera de l'impact de la relation d'aide sur la santé psychique, psychologique et sociale et sera suivi d'un atelier sur l'alimentation.
- Module 2 : « Être aidant et bien informé » : un échange sur l'activité sportive et le bien-être sera proposé et des informations sur les aides possibles seront transmises.
- Module 3 : « Être aidant mais pas seulement » : une initiation aux gestes de premiers secours sera proposée ainsi qu'une réflexion sur l'importance de prendre soin de soi sans se culpabiliser.

Cette initiative s'inscrit dans le cadre des recommandations du plan « bien-vieillir » qui axe la formation des aidants familiaux comme une des priorités d'action.

Ces modules sont menés en collaboration avec Lorie Gavin, naturopathe, Karl NGuyen, coach sportif, Info bien-être, Anne-Françoise Cuenet, psychologue et Michel Rigot secouriste bénévole à la Croix-Rouge Française de Nouvelle-Calédonie

L'INFO EN PLUS

Outre les modules des aidants, le CCAS propose également un programme de soutien aux aidants familiaux :

→ **Le rendez-vous des aidants** : en collaboration avec le LIONS CLUB Doyen – prochain rdv le lundi 20 novembre : déni de la maladie et refus de soin – Hôtel de ville de Nouméa

→ **le café des aidants hebdomadaire** : les lundis

de 13h30 à 16h00 – Maison de la Famille – Rivière-Salée

→ **un cycle de conférences thématiques** : 3 fois dans l'année

→ **le guide de l'aidant** : document interactif qui s'adresse aux aidants des personnes âgées et leur permet de s'orienter vers les différentes institutions, les professionnels ou associations œuvrant dans ce domaine qui est téléchargeable sur <https://www.noumea.nc>

INFORMATIONS PRATIQUES

Jeudis 9, 16 et 23 novembre

Maison des Associations – Rue G-Flaubert, Orphelinat

Sur inscription