Des rencontres/formations « Une Vie d'Aidant », au mois de novembre dans les Hautes-Alpes.

Un échange de pratiques, une formation et une diffusion d'information en faveur des aidants familiaux. **Dans le cadre des actions « de lutte contre la perte d'autonomie » avec la Conférence des Financeurs et le département des Hautes-Alpes.**

La Cie La Luba avec Tania Jean Consulting et le Nouveau Contient, **propose des journées formations et informations en faveur des aidants familiaux**.

Nous intervenons avec la compétence et l'expertise d'une professionnelle de l'accompagnement des aidants, pour faciliter les réponses aux enjeux et besoins des « aidants » et des problématiques qu'ils exposent et celles qu'ils seront accompagnés à conscientiser.

Les métiers du comédien sont pluriels et associés à des méthodes de formation interactives, permettent une formation décalée dans la forme mais construite dans le fond, à base d'écoute et d'interactivité avec les aidants.

Les dates :

23 nov. 2023 à Embrun de 09h à 12h *Nous contacter pour la salle !*
23 nov. 2023 à Briançon de 14h à 17h à la Mairie (salle Albert Bourges)
24 nov. 2023 à Gap de 09h à 12h à la salle de la Mutuelle de France des Alpes du sud (passage Montjoie)
24 nov. 2023 à Serres de 14h à 17h à la Mairie (salle Jean imbert)

Former et accompagner les aidants familiaux afin de :

- Prévenir la perte d'autonomie en valorisant les bienfaits de l'activité physique.
- Contribuer à l'amélioration de l'alimentation
- Faciliter l'accès à l'information et aux professionnels qualifiés qui soutiendront les aidants dans leur rôle ;
- Encourager le soutien médical et psychologique, pour pallier l'usure psychologique et

psychique vécue par les aidants ;

Les objectifs de ces actions :

- Rompre l'isolement et recréer du lien social
- Comprendre leur rôle d'aidant et les conséquences de leur implication
- Continuer à être en mouvement et adapter son rythme de vie
- Être informé et agir en fonction de certaines pathologies
- Repérer les signes de dénutrition
- Les aides possibles (humaines, matérielles..)

En savoir +

Ce rôle d'aidant naturel peut être endossé par choix ou plus souvent par nécessité, l'aide s'installe alors progressivement sans décision explicite, souvent par devoir moral et social et par volonté de ne pas placer son conjoint ou son parent en résidence.

Les aidants, familiaux ou professionnels, sont en première ligne pour repérer les difficultés alimentaires et tenter de trouver des solutions adéquates.

De manière générale, face à la dénutrition, les aidants ont un rôle essentiel pour : surveiller l'appétit des malades ainsi que leurs prises alimentaires.

Les personnes aspirent de plus en à vivre à domicile et ce le plus longtemps possible. Le rôle des proches aidants est amplifié dans notre société, et dans ce contexte d'isolement dans lequel se retrouvent certains, il est indispensable de maintenir un lien social et continuer de mettre de la vie.

S'ils assurent au quotidien l'accompagnement de personnes en perte d'autonomie, leur permettre du répit, répondre aussi à leurs différents questionnements à la fois sur le lâcher-prise acceptable pour eux et la compréhension de ce qu'ils vivent est un enjeu majeur.

Comment prendre soin de soi pour mieux s'occuper d'un proche. Être informé pour mieux aider l'autre.

Chaque journée est gratuite et sur inscription, vous pouvez **contacter la Cie La Luba par** contact@laluba.org **ou Coline Mauméjean au 06 17 54 98 48**