Qu'est-ce qu'être aidant ?

Être aidant, c'est d'abord apporter une aide et un soutien régulier à un proche en situation de dépendance ou de perte d'autonomie. C'est aussi et surtout accompagner une personne aimée et faire face à tous les bouleversements que la maladie ou la dépendance entraînent : changements dans l'apparence ou le caractère de la personne, modifications des projets de vie et d'avenir, évolution de la relation entre l'aidant et l'aidé...

La France compte près de 11 millions d'aidants, soit 1 français sur 5

Vous êtes engagé dans l'accompagnement d'une personne âgée, malade ou dépendante ? Vous êtes le parent d'un enfant atteint d'une maladie ou en situation de handicap? Votre rôle est précieux.

Il est tout naturel que vous ayez besoin d'être soutenu, accompagné et informé.

L'espace ressource itinérant est ouvert aux aidants de personnes malades, âgées et/ou en situation de handicap, sans condition d'âge.

Pour plus d'informations, contactez Melissa Grosset

melissa.grosset@clic-sudmanche.fr

07.50.64.88.16

CLIC SUD MANCHE
Pour bien vivre son âge

Lancement
fin 2020

ESPACE RESSOURCE ITINÉRANT POUR LES AIDANTS

L'espace ressource itinérant pour les aidants qu'est-ce que c'est ?

- **Un lieu de rencontre**
  Besoin de souffler, de décompresser, de parler sans être jugé ? Venez échanger et partager avec des pairs dans un cadre informel, convivial et chaleureux à deux pas de chez vous.

- **Un lieu d'information**
  Nous répondons à vos interrogations et au besoin, nous vous orientation vers les dispositifs et structures d'aides adéquats. Nous pouvons également vous accompagner dans vos démarches en ligne.

- **Un lieu d'animation**
  Café des aidants, activités bien être, théâtre, jeux, balades, repas conviviaux...

- **Un lieu de formation**
  On devient proche aidant pour différentes raisons et souvent malgré soi, sans même le savoir parfois et presque toujours sans y être préparé.
  Pathologies, handicaps, gestes et postures, nutrition, premiers secours, communication non violente, etc... Nous nous adaptons à vos besoins.

- **Un lieu de répit**
  Nous assurons la prise en charge de la personne que vous aidez afin que vous puissiez profiter pleinement d'un moment à vous au sein de notre espace ressource. (sur inscription)

Notre objectif ?

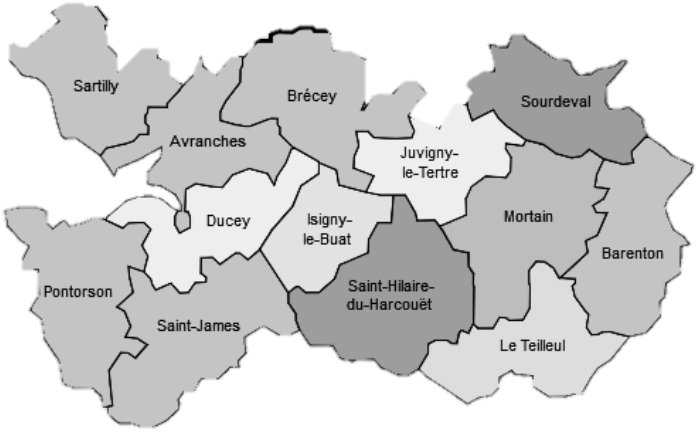
Lutter contre l'isolement et l'épuisement des Aidants

En apportant des **réponses de proximité**

En favorisant les **relations** et la **création de liens**

En valorisant leur rôle et leurs compétences

Où nous trouver ?

L'espace ressource se déplacera quotidiennement d'un canton à l'autre sur l'ensemble de l'agglomération Mont Saint Michel Normandie, allant ainsi à la rencontre des aidants de personnes malades, âgées et/ou handicapées.

- Avranches
- Barenton
- Brécey
- Ducey
- Isigny-le-Buat
- Juvigny-le-Tertre
- Le Teilleul
- Mortain
- Pontorson
- Saint-Hilaire-du-Harcouët
- Saint-James
- Sartilly
- Sourdeval