Pour bien vieillir dans le Calvados
CONFÉRENCE DES FINANCEURS

AUXI'life

Carsat Retraite & Santé au travail Normandie

Avec le concours de la

cnsa
Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Madame, Monsieur,

J'ai le plaisir de vous informer de la mise en place d'une action gratuite portée par le Réseau **AUXI'life à destination des aidants** soutenu par la conférence des financeurs du Calvados, dont les grandes lignes vous sont présentées ci-dessous.

- **2 heures de sensibilisation** à destination des aidants sur des informations générales (droits, aides, répit,…).

- **2 jours de formation** des aidants ayant pour objectifs de prendre conscience des situations d'épuisement et d'avoir des outils pour développer des stratégies de prévention des ces situations .

.

- **La possibilité de participer à des groupes de parole collectifs** animés par une psychologue pour faire le point sur les situations, permettre à chacun de s'exprimer sur son rôle, ses difficultés et surtout d'avoir des échanges et interactions entre aidants.

- **La possibilité de bénéficier d'entretiens de soutien psychosocial individuels**.

Cette action débutera à partir d'avril. Les dates et lieux vous seront communiqués au plus vite.

Si nécessaire **une suppléance de l'aidant à domicile** sera organisée gratuitement par nos services par des auxiliaires formées lors des sensibilisations, formation ou groupes.

***D'ici là, n'hésitez pas à en parler autour de vous.***

Les personnes intéressées sont invitées à nous contacter :

caen@auxilife.fr

02 31 52 02 03