



Pour tout renseignement, vous pouvez contacter :

CLIC des Aînés de Rouen

24 rue des Arsins

76200 ROUEN

Tél 02.32.18.20.92 / 07.61.08.28.60

clic@rouen.fr

www.clic-rouen.fr

Groupe d'échanges et d'information pour les aidants



SEINE-MARITIME
LE DEPARTEMENT



SEINE-MARITIME
LE DEPARTEMENT



Tél : 02.32.18.20.92

Renseignements

www.clic-rouen.fr

ANNEE 2025

Aider un proche, prendre soin de soi

Groupe de soutien et d'informations en faveur des aidants familiaux animé par le CLIC des aînés, l'Equipe Spécialisée Alzheimer du CCAS de Rouen et l'EHPAD du Foyer Saint Joseph.

Ce groupe est ouvert à toutes les personnes qui accompagnent un proche en situation de dépendance.

Les participants ont la possibilité de venir avec la personne aidée qui sera accueillie au sein de l'accueil de jour de l'EHPAD du Foyer Saint Joseph.

Des solutions de transport peuvent également être envisagées pour vous permettre de participer aux séances.

♦ **Jedi 16 janvier 14h30 à 16h30**

Présentation du groupe et de l'année.

♦ **Jedi 27 février de 14h30 à 16h30**

Savoir s'entourer pour rester à domicile et les solutions de répit

♦ **Jedi 20 mars de 14h30 à 16h30**

Mon proche a changé, comment s'adapter ?

♦ **Jedi 24 avril de 14h30 à 16h30**

Prendre ses dispositions pour protéger son proche.

♦ **Jedi 15 mai de 14h30 à 16h30**

Aider son proche en prenant soin de soi.

♦ **Jedi 19 juin de 14h30 à 16h30.**

Envisager un lieu de vie adapté.

♦ **Jedi 11 septembre de 14h30 à 16h30**

La communication et la bienveillance.

♦ **Jedi 16 octobre de 14h30 à 16h30**

S'adapter au comportement de son proche.

♦ **Jedi 20 novembre de 14h30 à 16h30**

Ré envisager l'organisation et l'aménagement de son domicile

♦ **Jedi 11 décembre de 12h00 à 14h00**

Visite du foyer Saint Joseph et repas de fin d'année.

Les séances se déroulent au sein de l'EHPAD le Foyer Saint Joseph, 2 rue de la cage 76000 Rouen.

