

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



Rouen

**Groupe d'échanges et d'informations
pour les aidants**

**Programme pour
les aidants**

Année 2025



SEINE-MARITIME
- LE DÉPARTEMENT -



Clic des Aînés de Rouen
24 rue des Arsins 76000 Rouen
Tél 02 32 18 20 92 / 07 61 08 28 60
email : clic@rouen.fr
www.clic-rouen.fr



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.



ANNEE 2025

Jeudi 16 janvier : 14h30 - 16h30

Présentation du groupe et de l'année.

Jeudi 27 février : 14h30 - 16h30

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

Jeudi 20 mars : 14h30 - 16h30

Mon proche a changé, comment s'adapter ?

Jeudi 24 avril : 14h30 - 16h30

Prendre ses dispositions pour protéger son proche.

Jeudi 15 mai : 14h30 - 16h30

Aider son proche en prenant soin de soi.

Jeudi 19 juin : 14h30 - 16h30

Envisager un lieu de vie adapté.

Jeudi 18 septembre : 14h30 - 16h30

La communication et la bienveillance.

Jeudi 23 octobre : 14h30 - 16h30

S'adapter au comportement de son proche.

Jeudi 20 novembre : 14h30 - 16h30

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

Jeudi 11 décembre : 12h00-14h30

Repas de fin d'année et moment convivial.

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



SEINE-MARITIME
LE DEPARTEMENT