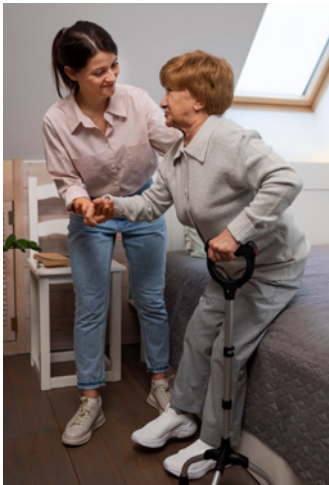


Aires de repos

Ateliers pour proches aidant-e-s



Vous prenez soin d'un-e proche ?
Prenez aussi soin de vous !

Avec le soutien de



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

POST TENEBRAS LUX

proche aideance
Genève 



Les Aires de repos, c'est simple, accessible et flexible. Chaque atelier, d'une durée de trois heures, est gratuit.

Les ateliers Aires de repos sont une initiative visant à valoriser, soutenir et accompagner des proches aidant-e-s.



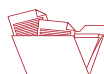
J'aide un-e proche

Partagez vos expériences, recevez du soutien émotionnel et explorez des pistes concrètes pour alléger votre quotidien.



Je communique

Renforcez votre capacité à échanger avec le/la proche que vous accompagnez grâce à une communication apaisée et respectueuse.



Je gère l'administratif

Maîtrisez les démarches administratives et numériques en toute simplicité avec des outils et des conseils pratiques adaptés à vos besoins.



Je m'exprime en créant

Exprimez vos émotions à travers l'art, lors d'ateliers de céramique ou de peinture, et laissez votre créativité s'épanouir dans un cadre convivial et chaleureux.



Je prends soin de mon dos

Apprenez des postures adaptées et des gestes sécurisants pour préserver votre bien-être physique tout en accompagnant votre proche.



J'accompagne la fin de vie

Prenez le temps d'exprimer vos émotions et de mettre des mots sur les étapes délicates de l'accompagnement en fin de vie.

Relève à domicile

Sur demande et selon les cas, une personne qualifiée peut s'occuper gratuitement de votre proche à domicile durant les ateliers.

Vous représentez une commune, une association ou une entreprise ?

Vous souhaitez proposer cette formation ? Contactez-nous pour en discuter.

Pour en savoir plus ou vous inscrire:

www.croix-rouge-ge.ch/airesderepos
formation@croix-rouge-ge.ch
T +41 22 304 04 17

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux



En savoir plus