

# Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie



## 1, 2,3 soleil

- ❖ **Porteur** : Kanopé
- ❖ **Bénéficiaires de l'action** : Aidants
- ❖ **Thématique** : Soutien psychosocial collectif
- ❖ **Objectif principal** : permettre à l'aidant de mieux vivre sa place d'aidant.
- ❖ **Contenu de l'action** : découvrir les types de personnalité et se reconnecter à ce que je suis et à ses besoins, apprendre à être à l'écoute de son corps et renouer une harmonie corporelle, explorer les spécificités de la relation aidants/aidés et trouve une juste proximité dans l'accompagnement. Animé par une relaxologue, une consultante en communication relationnelle et une psychologue.
- ❖ **Nombres d'ateliers** : 2
- ❖ **Nombre séance par atelier** : 8
- ❖ **Durée séance** : 2H00
- ❖ **Nombre total de séances** : 16
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 8
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 16
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Cœur d'Astarac en Gascogne
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Mirande et/ou Bassoues
- ❖ **Calendrier** : février à avril puis de septembre à octobre
- ❖ **Inscription** : Mme COUTON : 06.83.83.05.47/ [lesmainslibres@nousautres.net](mailto:lesmainslibres@nousautres.net)