

# CAHP FONDATION PRIMEROUCHE en soutien aux PROCHES AIDANTS 2015

## COURS DE LA CROIX-ROUGE VAUDOISE

D'une durée de 3 heures, ces mini-cours apportent aux participants des conseils et des méthodes pratiques pour l'accompagnement du proche au quotidien. Ils offrent des outils pour conserver le plaisir d'aider, tout en se préservant de l'épuisement. Proposés sous forme d'atelier « théorie-pratique », les thèmes abordés vont du rôle central du proche aidant aux moyens de se préserver de la surcharge de travail, en passant par des solutions pour renforcer l'accompagnement de qualité lors des situations difficiles à gérer.

Un module propose deux dates pour un total de 6h de cours.

### MODULE 1 AIDER SANS S'ÉPUISER

**DATES** 14 et 21 octobre

### MODULE 2 LA COMMUNICATION ET LA RELATION AIDANTE

**DATES** 4 et 11 novembre

**TARIF** CHF 50.- les 6 heures

**LIEU** Fondation Primeroche,  
Centre alternatif à l'hébergement CAHP  
Rue des Métiers 2, 1008 Prilly

**HORAIRES** de 13h30 à 16h30

**TÉL.** 021 622 08 50

## GROUPE D'ENTRAIDE POUR PROCHES

Ce groupe offre aux proches de malades un lieu de soutien, d'entraide et d'échange entre personnes rencontrant des situations de vie similaires.

**DATES** le 1er jeudi du mois:  
2 juillet, 6 août, 1er octobre, 5 novembre,  
3 décembre

**LIEU** Fondation Primeroche, Centre  
alternatif à l'hébergement CAHP,  
Rue des Métiers 2, Prilly

**HORAIRES** de 14h à 16h30

**ANIMÉ PAR** Mme Christine Vincent

**TÉL.** 021 324 50 40 (de 9h à 12h)

## JOURNÉE DES PROCHES AIDANTS DU 30 OCTOBRE

Goûter thématique prévu durant l'après-midi en collaboration avec la consultation psychologique pour les proches aidants (CPA). Information disponible dès fin septembre sur [www.ud.ch/proches-aidants](http://www.ud.ch/proches-aidants)