

Lieu et horaires des ateliers



Tous les ateliers auront lieu de 14h à 17h à :

Appartement des idées

7 Allée Le Gréco—87000 LIMOGES



Pour vous inscrire ou pour obtenir des informations supplémentaires, veuillez contacter notre Référente Professionnelle et Animatrice des ateliers:

Isabelle SUCHAUD

05 55 38 99 12

i.suchaud@actid87.fr



Réseau **UNA**

Ateliers à destination des aidants

*L'Association **ACTID 87** organise des temps d'information destinés aux aidants, qui accompagnent un proche au quotidien. Ces temps consistent à vous guider, vous accompagner, vous informer.*

Notre Référente Professionnelle, au-delà d'être à votre écoute, vous apportera des pistes de réflexion, un accompagnement et de la documentation.

Programme organisé dans le cadre de notre Service Polyvalent d'Aide et de Soins à Domicile, en collaboration avec Soins et Santé.

Expérimentation financée par l'ARS et le Conseil Départemental de la Haute-Vienne



**Ateliers
gratuits**

Le manger mains



Notre Référente Professionnelle vous propose un atelier Nutrition :

- **Le manger-mains** : Présentation et définition des différents aliments et des différentes textures possibles (hachée, mixée...) en fonction des besoins de chacun ,
- **Valorisation** : Comment valoriser la personne aidée afin qu'elle puisse manger de manière autonome,
- **Les menus** : quelles recettes peut-on réaliser, avec quel matériel, pour quelles quantités,
- **Démonstration** : réalisation d'une recette avec la participation du groupe (travailler la conception des bouchées, enrichir les bouchées, les recettes innovantes).



Date des ateliers : manger-mains

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------|
| - Le Mercredi 18 Septembre 2019 | - Le Mercredi 19 Février 2020 |
| - Le Mercredi 16 Octobre 2019 | - Le Mercredi 18 Mars 2020 |
| - Le Mercredi 20 Novembre 2019 | - Le Mercredi 15 Avril 2020 |
| - Le Mercredi 18 Décembre 2019 | - Le Mercredi 27 Mai 2020 |
| - Le Mercredi 22 Janvier 2020 | - Le Mercredi 24 Juin 2020 |

Les aides techniques



Notre Référente Professionnelle vous propose un atelier Ergonomie :

- **L'ergonomie, gestes et posture** : comment bien se positionner et se protéger pour effectuer un transfert ;
- **Les aides techniques** : comment effectuer un transfert avec différents types de matériels existants : un lève-malade, un verticalisateur, un guidon de rotation... Comment et où se procurer ces aides techniques ;
- **Réaménager son lieu de vie** : Comment réorganiser son intérieur pour faciliter le quotidien des aidants ;
- **Médecin, organismes, fournisseurs** : Quelle prise en charge demander, quelle démarche entreprendre, Quel service doit-on contacter...



Date des ateliers : aides techniques

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------|
| - Le Mercredi 25 Septembre 2019 | - Le Mercredi 12 Février 2020 |
| - Le Mercredi 9 Octobre 2019 | - Le Mercredi 11 Mars 2020 |
| - Le Mercredi 13 Novembre 2019 | - Le Mercredi 8 Avril 2020 |
| - Le Mercredi 11 Décembre 2019 | - Le Mercredi 13 Mai 2020 |
| - Le Mercredi 8 Janvier 2020 | - Le Mercredi 17 Juin 2020 |