

Lieu et horaires des ateliers



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

Appartement des idées

7 Allée Le Gréco—87000 LIMOGES



Pour vous inscrire ou pour obtenir des informations supplémentaires, vous pouvez 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 16 Septembre 2020 | - Le Mercredi 03 Février 2021 |
| - Le Mercredi 14 Octobre 2020 | - Le Mercredi 03 Mars 2021 |
| - Le Mercredi 18 Novembre 2020 | - Le Mercredi 07 Avril 2021 |
| - Le Mercredi 02 Décembre 2020 | - Le Mercredi 05 Mai 2021 |
| - Le Mercredi 06 Janvier 2021 | - Le Mercredi 09 Juin 2021 |
| | - Le Mercredi 7 Juillet 2021 |

Les aides techniques



Notre Référente Professionnelle vous propose un atelier Ergonomie :

- **L'ergonomie, gestes et postures** : 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 23 Septembre 2020 | - Le Mercredi 10 Février 2021 |
| - Le Mercredi 21 Octobre 2020 | - Le Mercredi 10 Mars 2021 |
| - Le Mercredi 25 Novembre 2020 | - Le Mercredi 14 Avril 2021 |
| - Le Mercredi 09 Décembre 2020 | - Le Mercredi 12 Mai 2021 |
| - Le Mercredi 13 Janvier 2021 | - Le Mercredi 16 Juin 2021 |
| | - Le Mercredi 21 Juillet 2021 |