



# MAINTENIR



## FORMATION DES AIDANTS



Association Française des  
**aidants**

Vous **aidez** régulièrement l'un de vos **proches** en **situation de dépendance** ?

Ce parcours de 6 modules vous permettra de vous **questionner**, **d'analyser** et **réajuster** votre situation d'aidant.

DATES ET HORAIRES AU VERSO



GRATUIT

**SUR INSCRIPTION !**



**04 78 58 05 68**



**prevention@maintenir.asso.fr**

**villeurbaine**

**cnsa**  
Caisse nationale de  
solidarité pour l'autonomie



**AG2R LA MONDIALE**

**www.maintenir.asso.fr**

# 2EME SEMESTRE 2024

## 6 MODULES DE 3 HEURES

DATE/HORAIRE	MODULE
Mercredi 30 octobre de 14 à 17h	Module 1
Mercredi 6 novembre de 14 à 17h	Module 2
Mercredi 20 novembre de 14 à 17h	Module 3
Mercredi 27 novembre de 14 à 17h	Module 4
Mercredi 4 décembre de 14 à 17h	Module 5
Mercredi 11 décembre de 14 à 17h	Module 6



Métropole aidante  
292 Rue Vendôme, 69003 Lyon

### NOUS PROPOSONS ÉGALEMENT...



#### Le café des aidants

Temps d'échange et de convivialité



#### Un temps pour soi

Ateliers détente entre aidants