



Formation au plus près des aidants



AFTC.LOT

ASSOCIATION DES FAMILLES
DE TRAUMATISÉS CRÂNIENS
ET CÉRÉBRO-LÉSÉS DU LOT



En partenariat avec l'association Siel Bleu, l'AFTC et le GEM vous invite à participer à une formation « soutien aux aidants » sur une journée.

Formation Gratuite

Qu'est-ce que l'association Siel Bleu ?

L'association Siel Bleu propose depuis 29 ans au niveau national, et depuis neuf ans environ sur le département du Lot, une prise en charge en activités physiques adaptées pour les publics fragilisés. Elle promeut l'activité physique comme une offre thérapeutique, porteuse de santé, de qualité de vie et de lien social.



Prise en charge des Aidés gratuite par le GEM durant le temps de la formation (repas et journée complète)

Repas et goûter offert à tous les participants

Lieux et horaires

xxx 2026, de 9h30 à 16h30, dans les locaux de xxxx

Adresse

Programme

Formation soutien aux aidants

Comprendre les besoins du corps et la nécessité de rester actif

Groupe de parole, partager

Savoir comment bouger au quotidien

Apprendre à porter une charge lourde

Connaître les différentes techniques de manutention (se relever d'une chaise, accompagner à la marche, descendre et se relever du sol, ...)

+ une petite séance d'activité physique adaptée

Cette journée est intégralement financée par la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie du Lot (CFPPA)



Inscriptions et renseignements

Carole LACAZE

Responsable Départementale, Association Siel Bleu 46

Tél : **07.60.88.73.80**/ Mail : carole.lacaze@sielbleu.org

Inscriptions avant le xxx 2026, places limitées !