

Nous avons le plaisir de vous présenter une nouvelle formation en ligne pour les aidants. Une formation oui, mais qui n'a rien de scolaire ! Car elle ne dit pas ce qu'il faut penser, ressentir, dire ou faire. Bien au contraire !

En juillet dernier, nous mettions en lumière une forme de réponse qui se développe de plus en plus à destination des aidants : la formation en ligne. Nous faisons un focus sur son intérêt et ses avantages. [Pour lire ou relire l'article]. Et nous vous annonçons aussi la mise en ligne prochaine d'une nouvelle formation pensée par [l'Association française des aidants](#). La voilà !

## **Une formation pour qui ?**

Cette formation en ligne gratuite, développée avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie et d'AG2R LA MONDIALE, s'adresse à tous les aidants, quels que soient l'âge, la maladie ou le handicap du proche qu'ils accompagnent.

## **Une formation pour quoi ?**

Elle invite chaque aidant qui le souhaite à réfléchir et à se questionner sur son expérience, pour imaginer, repérer et construire des solutions adaptées à sa situation. C'est un parcours libre, où chacun avance à son rythme et imagine ses propres réponses.

## **Une formation sur quoi ?**

Elle propose un parcours en 6 modules, d'environ 30 minutes chacun, permettant d'explorer les thèmes suivants :

- « Quand la maladie, le handicap s'imisce dans la relation au proche »
- « Être aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites »
- « La relation au quotidien avec son proche »
- « Trouver sa place avec les professionnels »
- « Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne ? »
- « Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale ? »

## Une formation sous quelle forme ?

Brigitte Hasler, formatrice fil rouge, vous proposera quelques repères et informations en lien avec les différents sujets abordés. Plusieurs aidants vous livreront également leur témoignage car, par un jeu de miroir, le récit des autres peut aider à poser un autre regard sur son propre vécu. Les modules proposent aussi, et entre autres, des séquences ludiques pour analyser son expérience. Un carnet de bord vous permettra également de vous repérer dans votre parcours de formation.

## Pour en savoir plus et pour participer

Découvrez la formation en images : <https://www.youtube.com/watch?v=bFE7a33FWLM> et rendez-vous sur le site [www.formation.aidants.fr](http://www.formation.aidants.fr)

La formation étant financée par la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie et AG2R LA MONDIALE, aucune participation financière n'est demandée aux aidants. Une fois sur le site, une vidéo vous guidera dans les étapes à suivre pour créer votre compte et participer aux modules qui vous intéressent. Rien de plus facile !