

Formations pour les aidants

Prenez soin de vous aussi !

Etre aidant, c'est accompagner un proche en perte d'autonomie.
Mais pour mieux prendre soin des autres, il est essentiel de
prendre soin de soi.

Nos formations sont conçues pour vous apporter:



Des outils
pratiques



Des ressources
utiles



Des moments
d'échange et de
soutien

Découvrez notre programme
adapté aux besoins des aidants



À QUI S'ADRESSENT NOS FORMATIONS

À toutes les personnes qui accompagnent un proche en situation de dépendance, au quotidien ou ponctuellement.

POURQUOI PARTICIPER

- Renforcer vos compétences et votre confiance
- Partager expériences et astuces avec d'autres aidants
- Trouver écoute et soutien auprès de professionnels de santé

AU PROGRAMME

- Séances en groupe ou en individuel
- Échanges et conseils pratiques
- Discussions conviviales
- Ateliers et thématiques variées selon vos besoins

NOTRE ÉQUIPE

Des professionnels de santé expérimentés:

- Ergothérapeute
- Kinésithérapeute
- Psychologue
- Diététicienne
- Psychomotricienne

**Rejoignez-nous et découvrez des outils concrets
pour prendre soin de vous et de vos proches.**

POUR EN SAVOIR PLUS

Activités Spécialisées

 +352 40 20 80 7200

 admin.as@shd.lu

Nos prochaines
formations:



www.shd.lu



À propos de l'Assurance Dépendance

Dans le cadre de l'Assurance Dépendance, certaines formations peuvent être prises en charge (AMD-FA et AMD-FAT). Renseignez-vous auprès de notre service Activités Spécialisées.

Schulungen für pflegende Angehörige

Kümmern Sie sich auch um sich selbst

Pflegender Angehöriger zu sein bedeutet, einen nahestehenden Menschen mit eingeschränkter Selbstständigkeit zu begleiten. Doch um andere gut versorgen zu können, ist es wichtig, auch auf sich selbst zu achten.

Unsere Schulungen sind darauf ausgelegt, Ihnen Folgendes zu bieten:



Praktische
Hilfsmittel



Hilfreiche
Ressourcen



Momente des
Austauschs und der
Unterstützung

Entdecken Sie unsere Programme, die
speziell auf die Bedürfnisse von pflegenden
Angehörigen zugeschnitten sind





FÜR WEN SIND UNSERE SCHULUNGEN GEDACHT

Für alle Personen, die regelmäßig oder gelegentlich einen nahestehenden Menschen in einer Pflegesituation begleiten.

WARUM TEILNEHMEN

- Stärken Sie Ihre Kompetenzen und Ihr Selbstvertrauen
- Tauschen Sie Erfahrungen und Tipps mit anderen pflegenden Angehörigen aus
- Finden Sie Gehör und Unterstützung bei Gesundheitsfachkräften

IM PROGRAMM

- Gruppen- oder Einzelsitzungen
- Austausch und praxisnahe Tipps
- Offene und gesellige Diskussionen
- Workshops und vielfältige Themen, abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse

UNSER TEAM

Erfahrene Gesundheitsfachkräfte:

- Ergotherapeut/in
- Physiotherapeut/in
- Psychologe/in
- Diätassistent/in
- Psychomotorik-Therapeut/in

Machen Sie mit und entdecken Sie konkrete Methoden, um sich selbst und Ihre Angehörigen besser zu unterstützen.

WEITERE INFORMATIONEN

Activités Spécialisées

 +352 40 20 80 7200

 admin.as@shd.lu

Unsere nächsten
Schulungen:

 www.shd.lu



Über die Pflegeversicherung (Assurance Dépendance)

Im Rahmen der Pflegeversicherung können bestimmte Schulungen übernommen werden (AMD-FA und AMD-FAT). Informieren Sie sich bei unserem Service *Activités Spécialisées*.