

# FLASH INFO CFTC

## Webinaires et Ateliers aidants en 2023



En collaboration avec l'Association « Avec nos Proches »

### MÉTROPOLE : 12H30 – 13H30

- **Mardi 7 mars** : webinaire en « teams » présentation des ateliers et du parcours et éléments de réflexions en lien avec les thématiques de l'atelier du **21 mars** «Encourager l'expression de son proche » et celui du **4 avril** « Quelle attention je porte à ma santé ?»  
**Pour accéder au webinaire cliquez ici**
- **Mardi 13 juin** : webinaire sur le parcours administratif  
**Pour accéder au webinaire, cliquez ici**
- **Mardi 12 septembre** : webinaire en « teams » sur la charge mentale, l'organisation de la rentrée et réflexions en lien avec thématiques de l'atelier du **10 octobre** « Faire face aux sentiments d'impuissance » et celui du **14 novembre** « Être aidant, entre culpabilité et amour ».  
**Pour accéder au webinaire, cliquez ici.**
- **1 PARCOURS DE 5 SÉANCES** d'ateliers, organisée avec le même groupe d'aidants (6 maximum) et le même binôme d'animation. Une circulation entre les échanges, des exercices et un livret est proposé afin que l'aidant soit pleinement acteur de ses avancées. **Les jeudi 11 mai, jeudi 25 mai, jeudi 8 juin, jeudi 22 juin et jeudi 6 juillet.**

### DROM

- **Jeudi 9 mars de 9h00 à 10h00 Mayotte/Réunion** : Atelier « Comment aborder sa vie professionnelle en tant qu'aidant ? »
- **Mardi 6 juin** : webinaire de présentation des services et éléments en lien avec le choix des thématiques des ateliers des **29 juin** (atelier, thématique et horaires à définir) et **21 septembre** (atelier, thématique et horaires à définir).

**Pour participer aux ateliers et aux parcours une inscription est nécessaire : [inscription.ateliers@avecnosproches.com](mailto:inscription.ateliers@avecnosproches.com)**



**La CFTC responsable,  
offensive et constructive !**

<http://www.cftclaposte.fr>

<https://www.facebook.com/CFTCSNLP/>

Syndicat CFTC La Poste (@CftcLaPoste) /Twitter

