

# RePairs ? Aidants

Du *pourquoi ça m'arrive* au *comment faire* ?  
Des formations autour des situations d'aide



**VOUS AIDEZ UN PROCHE  
EN SITUATION DE  
HANDICAP ?**

**PARTICIPEZ À UNE  
JOURNÉE DE  
SENSIBILISATION-  
FORMATION\***

**VENDREDI**

**11**

**AVRIL**

**2025**

**DE 9H30  
À 17H30**

— “

Être aidant familial : les  
répercussions familiales,  
professionnelles et sociales

” —

\*Journée gratuite. Repas offert. Remboursement de la suppléance possible à hauteur de 100%.

Plus d'informations & inscriptions :

Contactez la délégation APF France handicap de la Haute-Vienne au 05 55 33 21 01 ou par mail à l'adresse [dd.87@apf.asso.fr](mailto:dd.87@apf.asso.fr).

Contactez le pôle adulte domicile APF France handicap de la Haute-Vienne à l'adresse [spasad.limoges@apf.asso.fr](mailto:spasad.limoges@apf.asso.fr).



Entrepreneur du  
mieux-vivre





## ÊTRE AIDANT FAMILIAL : LES RÉPERCUSSIONS FAMILIALES, PROFESSIONNELLES ET SOCIALES

L'aide apportée à un proche en situation de handicap représente un engagement qui a des conséquences sur la vie personnelle, familiale et professionnelle de l'aidant, mais aussi sur sa vie sociale dans sa globalité.

On peut culpabiliser de ne pas en faire assez, ou trop, s'en vouloir de ne plus être assez disponible pour le conjoint, les autres enfants. On peut être contraint de revoir son organisation, se sentir seul, s'épuiser, déprimer. On met en place des stratégies pour faire face ou pas. On s'adapte en permanence, on découvre de nouvelles choses. On se persuade qu'on parviendra à tout concilier et peu à peu on s'oublie par manque d'énergie, d'envie ou tout simplement de temps.

### OBJECTIFS

- Repérer les répercussions psychologiques et relationnelles de la situation d'aidant
- Reconnaître les répercussions de la situation d'aidant sur la vie familiale, sociale et professionnelle
- Formuler les ressentis et les partager
- Identifier les ressources mobilisables

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Une méthode pédagogique participative qui croise les expériences et les savoirs.

### CONCEPTION - ANIMATION

Co-animation par un binôme professionnel formateur et aidant familial-pairformateur.

### DURÉE

7 heures

### PROGRAMME

- Que représente l'aide au quotidien ?
- Les Impacts de l'aide sur la vie familiale, professionnelle et sociale de l'aidant familial
- Les répercussions à différents niveaux : le couple, la fratrie, les amis, la famille...
- La dynamique familiale
- La difficulté à prendre du répit et à s'accorder du temps
- Vers qui se tourner pour ne pas craquer ?

### PROCHAINE FORMATION

**Septembre 2025 - 1 journée**

Etre aidant aux différentes étapes de la vie : à chaque étape de nouvelles interrogations



## BULLETIN D'INSCRIPTION

### JE SOUHAITE M'INSCRIRE À LA JOURNÉE

Être aidant familial : les répercussions  
familiales, professionnelles et sociales  
du 11 avril 2025

#### 1. JE M'INSCRIS EN LIGNE

En remplissant le formulaire en ligne disponible sur  
le site APF France handicap de la Haute-Vienne

**OU**

#### 2. JE REMPLIS CE BULLETIN

que je retourne avant le **31 Mars 2025** à  
**Délégation APF France handicap de la Haute-Vienne,**  
**1 rue Marcel Deprez 87000 Limoges**  
ou par mail à l'adresse [dd.87@apf.asso.fr](mailto:dd.87@apf.asso.fr)

**NOM :** ..... **Prénom :** .....

**Adresse :** .....

**Téléphone :** .....

**Mail :** .....

Avez-vous besoin de l'intervention d'un professionnel auprès de  
la personne aidée pendant vos heures de présence aux  
sensibilisations RePairs Aidants ?

Un remboursement complet est prévu sur facture

**OUI**  **NON**

**Plus d'informations au**  
05.55.33.21.01

## APF FRANCE HANDICAP

---

APF France handicap, re connue d'utilité publique, est une organisation associative nationale de défense et de représentation des personnes en situation de handicap et de leurs proches.

Forte de ses valeurs humanistes, militantes et sociales, elle agit pour l'égalité des droits, la citoyenneté, la participation sociale et le libre choix du mode de vie des personnes en situation de handicap et de leur famille.

APF France handicap rassemble 100 000 acteurs (adhérent.e.s, élu.e.s, salarié.e.s, bénévoles et volontaires, usager.e.s) et intervient dans tous les domaines de la vie quotidienne avec ses 550 structures réparties sur tout le territoire.

## REPAIRS AIDANTS

---

RePairs Aidants est une action de sensibilisation-formation à destination de parents, conjoints, frères, sœurs,... qui apportent de l'aide à un proche en situation de handicap et sont ainsi en position d'aidant familial.

Dans chacune des thématiques proposées sur les territoires, il s'agit d'associer les savoirs de l'expérience vécue par les aidants et les savoirs plus théoriques des formateurs professionnels.

GROUPE  
**vyv**

Entrepreneur du  
**mieux-vivre**

