

## L'Association Française des Aidants (AFA)

Une formation en ligne pour les aidants qui a pour objectif de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche malade afin de trouver les réponses adéquates.

### Formation gratuite et ouverte à tous !

La formation des Aidants en ligne a pour objectifs de se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche malade, en situation de handicap ou de dépendance afin de trouver les réponses adéquates. L'objectif est aussi de mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez vous.

### Aider un proche

En France, selon l'Association française des aidants (AFA), 8,3 millions de personnes accompagnent au quotidien un proche en perte d'autonomie, en situation de maladie ou de handicap. Appelés "aidants", leur rôle est reconnu par l'Etat depuis le 1<sup>er</sup> Janvier 2016, suite à l'entrée en vigueur de la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement.

L'aidant peut être un **membre de la famille** (aidants familiaux) ou une **personne proche** (ami, voisin...). Il assiste, **à titre non professionnel**, le proche en situation de maladie ou de handicap, pour que ce dernier vive normalement son quotidien (toilette, déplacements, tâches administratives, etc.). **Ces aides s'inscrivent dans la durée.**

### Difficultés rencontrées

Cependant, certains aidants témoignent de leurs difficultés vis-à-vis de cette situation qui peut impacter leurs vies personnelles, professionnelles et sociales. L'épuisement physique, la fatigue morale, l'anxiété, l'isolement constituent bien souvent les risques associés au rôle d'aidant.

C'est pourquoi l'AFA a créé une formation en ligne qui propose aux aidants de se questionner sur ce qu'ils vivent dans leur relation avec leur proche afin de trouver des réponses adéquates.

Un MOOC (Massive Open Online Courses, c'est-à-dire : formation accessible à tous, dispensée dans l'internet par des établissements d'enseignement, des entreprises, des organismes ou des particuliers, qui offre à chacun la possibilité d'évaluer ses connaissances et peut déboucher sur une certification) pour accompagner les aidants

Vous êtes un proche aidant ? Formez-vous librement, à votre rythme sur votre ordinateur ou votre tablette. La formation en ligne s'articule autour de 6 modules, d'une durée de 30 minutes environ :

- **Module 1** : Quand la maladie, le handicap ou la dépendance s'immisce dans la relation au proche.

- **Module 2** : Être aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites.

- **Module 3** : La relation au quotidien avec son proche.

- **Module 4** : Trouver sa place avec un professionnel.

- **Module 5** : Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne ?

- **Module 6** : Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale ?

Pour suivre la formation, rendez-vous sur : <http://www.formation.aidants.fr>.



### L'Association Française des Aidants (AFA)

Créée en 2003, l'Association Française des Aidants milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des aidants dans la société. Elle oriente et soutient les aidants localement notamment via l'animation du Réseau national des Cafés des Aidants et la mise en place d'Ateliers santé des Aidants, assure des formations sur les questions liées à l'accompagnement pour les proches aidants et les équipes professionnelles, diffuse l'information, développe des partenariats et participe à la construction d'outils pour mieux appréhender les attentes et les besoins des aidants.

Pôle Emploi/actualités



## L'écho des Vosges

3 éditions Epinal - Remiremont - St-Dié/Gérardmer  
32 pages couleurs

Agrée  
Annonces légales  
[annonceslegalesecho@flash-fricotel.com](mailto:annonceslegalesecho@flash-fricotel.com)

Chaque semaine  
toutes les informations  
locales et régionales  
pour moins d'1 €

Abonnez-vous

Annoncez vos portes ouvertes, promotions...

L'écho des Vosges | 1 place Baudoin | 88000 EPINAL | 03 29 29 12 12