 

### FORMATION D’AIDE AUX AIDANTS

### Journée d’information sur la dépression résistante

Samedi 25 novembre 2023 à Rennes

**VOUS TROUVEREZ DES EXPLICATIONS SUR CETTE FORME PARTICULIÈRE DE DÉPRESSION AFIN DE :**

► Mieux en cerner les spécificités et les retentissements.

► Connaître les stratégies thérapeutiques adaptées.

► Identifier les ressources disponibles pour vous et votre proche.

Vous vous sentez **isolé**, désemparé ?

**VOUS OBTIENDREZ DES INFORMATIONS POUR AIDER AU MIEUX VOTRE PROCHE ET VOUS PRÉSERVER :**

► Les attitudes aidantes.

► Comment agir/réagir en cas d'idées suicidaires.

► Comment se préserver.

Cette journée vous permettra aussi d'échanger avec des personnes vivant les mêmes difficultés.

PUBLIC :

Entourage d’une personne vivant avec une dépression. Cette formation est ouverte prioritairement aux non-adhérents à l’Unafam ou aux nouveaux adhérents et en aucun cas aux professionnels. Elle est gratuite.
12 personnes maximum.

DUREE :

Un jour de 9h à 17h

MODALITES :

Formation animée par un binôme bénévole/professionnel.
Demande d’inscription :

par mail adressé à formation35@unafam.org

par courrier adressé à UNAFAM35 4 avenue d’Italie 35200 Rennes

par téléphone (message à laisser sur répondeur) au 02 99 53 88 93