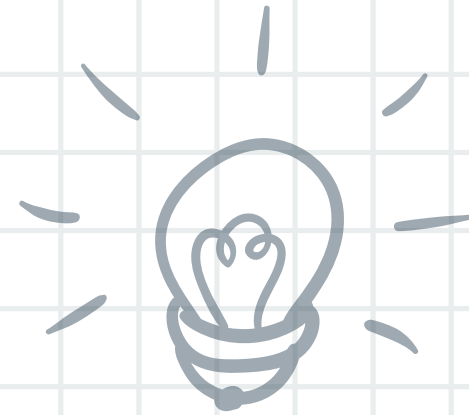


**Quels petits pas feras-tu
aujourd'hui
pour gravir la montagne?**



Travailler

- Pour fuir un quotidien lourd
- pour s'insérer dans la société
- pour gagner sa vie
- pour assurer sa retraite

Accepter la nouvelle personne que l'on est

- le handicap transforme
- besoin de se sentir utile
- sensibiliser

L'aideance et le travail



Les défis de l'aideance

- L'isolement
- Exclusion de la société
- Fatigue/Perte de sens/ Burn out

Se préserver

- besoin de répit (voir l'offre avec la communauté 360)
- prendre chaque jour rendez-vous avec soi-même
--15min pour soi

Trouver du sens

- Bénévolat dans les associations
- Se former
- DU de pair aideance
- Aidance salariée
- Parent expert

