



Conférence

Accompagner sans s'épuiser

Prévention de l'épuisement en relation d'aide

Présentation de la méthode APERA Arcand & Brissette

*Vous accompagnez, soutenez ou soignez au quotidien ?
Vous vous sentez concernés par l'épuisement en relation d'aide ?*

*La méthode APERA conçue par Michelle Arcand et Lorraine Brissette
vise à mieux comprendre le mécanisme de l'épuisement pour vous permettre
de développer vos ressources internes et mieux gérer votre engagement
en tant qu'aidant ou professionnel du soin.*

Jeudi 25 septembre 2025

17h30 - 19h

Résidence
de Plougastel



Centre de Ressources Territorial - CRT
40 Rue François Guivarch
29470 Plougastel-Daoulas

Inscription possible
en ligne :



Renseignements au 02 98 37 87 87
ou contact@plougastel.hstv.fr

**Ouvert à
tout public**