

## **AUTRES TEMPS de REPIT AIDANTS – 2EME SEMESTRE 2022**

*Au SIPAG – 124 place Andrée Marie Perrin - 69290 CRAPONNE*

### **SOCIO-ESTHÉTIQUE pour les Post-Aidants**

**14h00 - 15h00**

1. Mardi 13 septembre 2022
2. Mardi 27 septembre 2022
3. Mardi 11 octobre 2022
4. Mardi 25 octobre 2022
5. Mardi 8 novembre 2022
6. Mardi 22 novembre 2022
7. Mardi 3 janvier 2023
8. Mardi 17 janvier 2023
9. Mardi 31 janvier 2023
10. Mardi 14 février 2023

### **JOURNÉES DE RÉPIT AIDANTS**

**Dates à retenir !**

**JEUDI 20 OCTOBRE**

**Organisation & Thème : Détails qui seront donnés ultérieurement**

*(Prise en charge des aidés organisée, au besoin, avec un établissement partenaire ou à domicile)*

**JEUDI 08 DÉCEMBRE**

**Organisation & Thème : Détails qui seront donnés ultérieurement**

*(Prise en charge des aidés organisée, au besoin, avec un établissement partenaire ou à domicile)*

## GROUPE « PAROLE AIDANTE »

14h00 à 16h00

« Parole aidante » pour quoi faire ?

- ✓ Pour avoir du soutien autour d'un moment convivial et chaleureux en rencontrant d'autres aidants,
- ✓ Pour trouver du réconfort et ne plus vous sentir seul face à votre situation, vous sentir écouté et compris...
- ✓ Pour échanger sur vos expériences et votre quotidien d'aidant,
- ✓ Pour vous informer, chercher des solutions ensemble...
- ✓ Pour échanger aussi avec 2 professionnelles du SIPAG

1. Lundi 19 septembre 2022

« Vivre avec un proche malade »

2. Lundi 3 Octobre 2022 de 14h00 à 16h00

« Quel impact sur mon quotidien »

3. Lundi 17 octobre 2022 de 14h00 à 16h00

« Bien manger pour être en forme »

4. Lundi 14 novembre 2022 de 14h00 à 16h00

« Comprendre les troubles de mémoire »

5. Lundi 28 novembre 2022 de 14h00 à 16h00

« Mon bien-être : quels sont mes besoins ? »

6. Lundi 12 décembre 2022 de 14h00 à 16h00

« Mon rôle d'aidant : trouver un nouvel équilibre »

*(Prise en charge des aidés organisée, au besoin, au SIPAG ou à domicile)*



## **CONDITIONS d'accès aux temps de répit du SIPAG :**

Soit l'aidant soit l'aidé doit résider sur une des 13 communes du territoire du SIPAG : Brindas ; Charbonnières-les-Bains ; Courzieu ; Craponne ; Grézieu La Varenne ; Marcy L'Étoile ; Messimy ; Pollionnay ; Saint Genis-les-Ollières ; Sainte Consorce ; Thurins ; Vaugneray ; Yzeron

Un contact est obligatoire au préalable avec les professionnels du SIPAG pour échanger sur la situation et proposer les orientations les plus adaptées.

04 37 22 07 24 - [contact@lesipag.org](mailto:contact@lesipag.org)

124 Place Andrée Marie Perrin 69290 CRAPONNE