



**Chaque mois  
nous vous proposons :**

◦ **Une sortie :**

Pour découvrir ensemble de nouveaux lieux et faire des activités dans Lyon et ses environs.

◦ **Un atelier :**

Pour passer un temps convivial à visée ludique ou informative.

◦ **Un groupe de parole :**

A destination des aidants, pour un temps d'échange et de réflexion sur différentes thématiques.

## **Plateforme de Répit**

**Plateforme d'Accompagnement et de Répit pour les proches aidants**

**Dispositif d'aide spécialisé pour les proches aidants qui accompagnent des personnes atteintes de maladies neuro-évolutives.**

## **Contact**

**Pauline Alexandre**

06 95 29 56 40

[plateforme@smdlyon.fr](mailto:plateforme@smdlyon.fr)

**Tania Gouchon Tagle**

06 52 00 31 50

[psycho2@smdlyon.fr](mailto:psycho2@smdlyon.fr)

# Planning d'activités 2024 Plateforme



Janvier

Février

Mars

Avril

**Le 10 janvier**

Sortie culturelle

Musée des  
Confluences  
(rdv à 14h)



**Le 6 février**

Restaurant

Buffet Chinois  
Oullins  
(rdv à 12h)

**Le 7 mars**

Visite Planétarium

Place de la Nation  
Vaux-en-velin  
(rdv à 13h30)

**Le 4 avril**

Visite du Palais Idéal

Du Facteur Cheval  
Départ à 10h30

Sorties :

Ateliers :

De 14h à 16h

**Le 19 janvier**

Jeux de société

292 rue Vendôme

**Le 15 février**

Atelier bien-être

292 rue Vendôme

**Le 14 mars**

France Parkinson

292 rue Vendôme



**Le 16 avril**

Jardinage

A la maison  
(adresse à venir)

Groupe

de parole :

De 14h à 16h

**Le 25 janvier**

Prendre soin  
de l'autre et de soi

292 rue Vendôme

**Le 26 février**

Accueillir  
l'Aggressivité

292 rue Vendôme



**Le 18 mars**

Amour et maladie

292 rue Vendôme

**Le 22 avril**

Faire face  
à la dépression

292 rue Vendôme