

Venez participer à des rencontres entre Aidants

## PAROLE AIDANTE

Convivialité

Soutien

Partage



Echanges

Conseils

*Pourquoi participer au groupe « Parole aidante » ?*

- \*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 qui ? Tous les aidants du territoire du SIPAG ou qui accompagnent une personne sur le territoire du SIPAG

Où ? Au SIPAG, 124 place Andrée-Marie Perrin, CRAPONNE

Mardi 17 septembre 2024 de 14h00 à 16h00

« Vivre avec un proche malade »

Mardi 1 octobre 2024 de 14h00 à 16h00

« Quel impact sur mon quotidien »

Mardi 15 octobre 2024 de 14h00 à 16h00

« Comprendre les troubles de mémoire »

Mardi 12 novembre 2024 de 14h00 à 16h00

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

Mardi 26 novembre 2024 de 14h00 à 16h00

« Prévention et régulation du stress »

Mardi 10 décembre 2024 de 14h00 à 16h00

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

Entrée libre et gratuite

Il est conseillé de participer au moins aux deux premières séances, pour favoriser les échanges.

Si besoin, le SIPAG peut prévoir une prise en charge de votre proche, pour faciliter votre participation ; nous essayerons de trouver ensemble une solution.

Pour obtenir des informations complémentaires :

Contact : 04-37-22-07-24

« Parole aidante » sera encadré par Céline DESROCHES, assistante sociale et Mélanie POTHIER, psychologue

[celine-desroches@lesipag.org](mailto:celine-desroches@lesipag.org) / [melanie.pothier@lesipag.org](mailto:melanie.pothier@lesipag.org)

Venez participer à des rencontres entre Aidants

## PAROLE AIDANTE

Convivialité

Soutien

Partage



Echanges

Conseils

**Pourquoi participer au groupe « Parole aidante » ?**

- \*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...



Avec le concours de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la perte d'autonomie du Rhône et de la Métropole

Pour qui ? Tous les aidants du territoire du SIPAG ou qui accompagnent une personne sur le territoire du SIPAG

Où ? Au SIPAG, 124 place Andrée-Marie Perrin, CRAPONNE

Mardi 17 septembre 2024 de 14h00 à 16h00

« **Vivre avec un proche malade** »

Mardi 1 octobre 2024 de 14h00 à 16h00

« **Quel impact sur mon quotidien** »

Mardi 15 octobre 2024 de 14h00 à 16h00

« **Comprendre les troubles de mémoire** »

Mardi 12 novembre 2024 de 14h00 à 16h00

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

Mardi 26 novembre 2024 de 14h00 à 16h00

« **Prévention et régulation du stress** »

Mardi 10 décembre 2024 de 14h00 à 16h00

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

Entrée libre et gratuite

Il est conseillé de participer au moins aux deux premières séances, pour favoriser les échanges.

Si besoin, le SIPAG peut prévoir une prise en charge de votre proche, pour faciliter votre participation ; nous essayerons de trouver ensemble une solution.

**Pour obtenir des informations complémentaires :**

**Contact : 04-37-22-07-24**

« Parole aidante » sera encadré par Céline DESROCHES, assistante sociale et Mélanie POTHIER, psychologue

[celine-desroches@lesipag.org](mailto:celine-desroches@lesipag.org) / [melanie.pothier@lesipag.org](mailto:melanie.pothier@lesipag.org)