Le Centre Médical Germaine REVEL vous propose un **dispositif personnalisé*** animé par des professionnels formés à l'accompagnement des aidants.

*Programme gratuit, sur inscription et limité en nombre de participants

Vos interlocutrices

> **Christine GUIGON**
Assistante sociale

> **Aline JOLY-GIRAULT**
Psychologue-Neuropsychologue

04 78 81 57 57
aidants@cmgr.fr

A vos agendas !

Formations collectives

9h00 - 12h30

- **Atelier 1 :** Vendredi 18 novembre 2022
- **Atelier 2 :** Vendredi 25 novembre 2022
- **Atelier 3 :** Vendredi 2 décembre 2022
- **Atelier 4 :** Vendredi 9 décembre 2022

Groupes de parole

14h00 - 16h00

- **« Moi, aidant isolé » :** Lundi 20 février 2023
- **« Moi, aidant sans limite » :** Lundi 27 février 2023
- **« Moi, aidant culpabilisé » :** Lundi 6 mars 2023
- **« Moi, aidant expert » :** Lundi 13 mars 2023

707 Route de la Condamine | Saint-Maurice-sur-Dargoire | 69440 CHABANIÈRE

STANDARD **04 78 81 57 57** | **contact@cmgr.fr** | **www.cmgr.fr**

SIRET 316 251 370 00011

Conception graphique : COMMUNICATION | 69850 Saint-Martin-en-Haut | Tél. 04 78 19 16 16 | IMPRIM'VERT

Ne pas jeter sur la voie publique

Accompagnement des proches aidants

Faire une pause !

Oui… mais comment ?

Un dispositif dédié spécifiquement aux **aidants** de proches porteurs de la **sclérose en plaques** ou de la **maladie de Parkinson**

CENTRE MÉDICAL GERMAINE REVEL

Le parcours de formation collective

Le parcours de formation, pensé comme un accompagnement continu, a pour objectif de :

> **Renforcer le sentiment de confiance** des aidants.

> **Acquérir des connaissances** sur la pathologie de leur proche et des dispositifs d'aides adéquats à leurs besoins.

> **Développer leurs capacités d'agir** et de prendre des décisions permettant leur bien-être physique et psychique.

4 ateliers
de 3,5 heures avec un maximum de 10 participants

ATELIER 1

Être aidant : qu'est-ce que cela signifie ?

Créer une définition collective de l'aidant et aborder le cadre législatif et les droits spécifiques afin de reconnaître la place de l'aidant au niveau de la société.

ATELIER 2

Mon organisation au quotidien

Faire émerger une approche critique et constructive de l'organisation du quotidien grâce à la dynamique de groupe et présentation des principaux dispositifs d'aide existants.

ATELIER 3

L'avenir, comment m'y projeter sereinement ?

Aborder la question délicate de l'avenir et des peurs qui peuvent surgir à l'occasion de certains événements de vie.
Proposer un travail sur les émotions associé à la présentation de différentes mesures de protection.

ATELIER 4

Le répit, un concept accessible

Donner une place privilégiée à la notion de répit et du prendre soin de soi.
Partager les différentes solutions de répit et vivre un moment de convivialité apportant réconfort et apaisement.

L'accompagnement individuel

En fonction des besoins individuels, des **séances personnalisées** seront proposées afin de travailler de manière privilégiée sur l'état d'épuisement et/ou l'accompagnement dans la recherche de solutions spécifiques.

Les groupes de parole

Ces groupes de parole sont organisés selon les besoins des proches aidants. Ils permettent **d'échanger et de partager avec des pairs** sur la relation d'aide dans ses aspects positifs et ses limites.

5 séances thématisées
de 2 heures proposées sur inscription

L'ensemble du dispositif a été validé par l'**Agence Régionale de Santé Auvergne-Rhône-Alpes** et est soutenu par le **Réseau Rhône Alpes SEP**