

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



### Groupes de parole

14h00 - 16h00

- Atelier 1 : Vendredi 22 Septembre 2023
- Atelier 2 : Vendredi 29 Septembre 2023
- Atelier 3 : Vendredi 13 Octobre 2023
- Atelier 4 : Vendredi 20 Octobre 2023

- « Moi, aidant isolé » : Vendredi 10 Novembre 2023
- « Moi, aidant sans limite » : Vendredi 17 Novembre 2023
- « Moi, aidant culpabilisé » : Vendredi 24 Novembre 2023
- « Moi, aidant expert » : Vendredi 1<sup>er</sup> Décembre 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 0011



# 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

Ne pas jeter sur la voie publique

Conception graphique : CM COMMUNICATION | 69850 Saint-Martin-en-Haut | Tél. 04 78 19 16 16 | www.cmgr.fr



## 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**

