

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**  
de 9h30 à 17h

2 dates en 2024 :

- Vendredi 31 mai
- Vendredi 8 novembre



**Groupes de parole**  
de 9h30 à 17h

2 dates en 2024 :

- Vendredi 14 juin
- Vendredi 22 novembre



# 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**

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

☎ 04 78 81 57 57 | ✉ contact@cmgr.fr | www.cmgr.fr  
SIRET 316 251 370 0011





## 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 temps forts

Bien-être  
Formation  
Informations  
Échanges participatifs

### 1 repas partagé

### Journée séminaire organisée autour de 4 temps forts

#### Bien être



Sensibilisation et découverte de techniques de bien-être (cohérence cardiaque, auto-massage, relaxation...).

#### Formation



Élaboration collective de solutions personnalisées intégrant la sphère émotionnelle afin d'acquérir une meilleure confiance en ses capacités d'agir.

#### Informations



Présentation de divers dispositifs d'aide, partages autour de différentes solutions de répit et informations sur le cadre législatif.

#### Échanges participatifs



Faire émerger une approche critique et constructive grâce à la dynamique de groupe, en abordant les besoins spécifiques des aidants.



## 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.

### 1 journée dédiée

Un temps de verbalisation où vous serez accompagnés dans l'expression de vos ressentis et émotions.

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**







## Matinée d'information

Dispositif dédié aux **AIDANTS**



## Matinée d'information

Dispositif dédié aux **AIDANTS**

Save  
The  
Date

2024  
**Lundi 8 avril**  
de 9h30 à 12h  
Au Centre Médical  
Germaine REVEL  
Gratuit, sur inscription

Save  
The  
Date

2024  
**Lundi 8 avril**  
de 9h30 à 12h  
Au Centre Médical  
Germaine REVEL  
Gratuit, sur inscription

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



[www.cmgr.fr](http://www.cmgr.fr)



FONDATION  
GERMAINE  
REVEL

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



[www.cmgr.fr](http://www.cmgr.fr)



FONDATION  
GERMAINE  
REVEL