

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



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



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**





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 en OCTOBRE autour de 4 temps forts (date à venir)

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.



Vos interlocutrices

- > **Christine GUIGON**
Assistante sociale
- > **Aline JOLY-GIRAULT**
Psychologue-Neuropsychologue

 aidants@cmgr.fr

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**