



## GROUPE DE PAROLES A DESTINATION DES AIDANTS DE PERSONNES AGEES



5 ateliers sont proposés et seront animés par Madame DUMINY Yasmine, Coach de vie et thérapeute.

Atelier 1 : les présentations, expressions des aidants et de leurs difficultés, concilier son emploi, sa vie familiale tout en étant aidant.

Atelier 2 : la place de l'aidant

Atelier 3 : la relation d'aide

Atelier 4 : la gestion des émotions

Atelier 5 : quels outils ?

Nous vous proposons un lieu, d'échanges, d'entraide, qui facilite la discussion afin de vous aider à trouver des clés ou des pistes de réflexion pour remédier à certaines de vos difficultés. La participation à tous les ateliers est recommandée.

**Les mardis 7 et 21 septembre, 5 et 19 octobre et 02 novembre 2021 de 17h00 à 19h00.**

**Les ateliers se dérouleront dans la salle de réunion de la Mairie de FIRMI, 9 place de l'hôtel de Ville.**

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à contacter l'ADAR au 05.65.63.57.11 ou par mail à l'adresse suivante : [adar12decaze@wanadoo.fr](mailto:adar12decaze@wanadoo.fr)

Bulletin d'inscription : groupes de parole

Nom :

Transport assuré par l'ADAR :

Prénom :

Oui

Adresse :

Non

Téléphone :

Dates : 07/09 21/09 05/10 19/10 02/11