

Café Entr'aïdants en visio



Association
NOUVEAU
SOUFFLE

**Vous aidez un conjoint ou un proche malade ou dépendant ?
Vous vous sentez épuisé, désorienté ou seul et vous recherchez du soutien ?
Vous voulez échanger avec d'autres personnes dans la même situation que vous ?**

Venez participer aux groupes d'entraide pour aidants, proposés par l'Association Nouveau Souffle.

Le principe est de travailler tour à tour sur la situation de chacun en prenant d'abord un temps d'écoute puis de questionnement et recherche de solutions ensemble aux difficultés concrètes rencontrées par chacun.

Ces ateliers réunissent le même petit groupe durant 4 séances de 2h. Vous vous engagez donc à participer à l'ensemble des séances.



Les bénéfices des groupes d'entraide

- Ecoute & questionnement bienveillant sur ce qui est pesant
- Recherche de solutions et soutien dans le passage à l'action
- Conseils pour mieux vivre la relation d'aide, gérer ses émotions, sa fatigue, son organisation, sa communication, les décisions

Les mardis 15 octobre, 5 novembre, 3 décembre 2024 et 7 janvier 2025

Les ateliers auront lieu les lundis de 16h à 18h

En visio-conférence (avec connexion internet depuis PC, tablette, ou smartphone) :

Inscription gratuite et obligatoire via ce
QR code



Ou contactez Agnès Becquart
Référente Nouveau Souffle
06 73 18 68 61

Organisé par :



Vivre sereinement son rôle d'aidant

Et financé par :



AG2R LA MONDIALE



SEINE-MARITIME
- LE DÉPARTEMENT -