

# Aalée

Le plein d'activités pour les seniors

PLAN SENIORS  
01

adapa  
AIDER & ACCOMPAGNER  
À DOMICILE

RÉSEAU  UNA

PRÉSENTE

# Le groupe de Parole des proches aidants



UN MARDI PAR MOIS  
ENTRE 14H ET 15H30  
animé par un psychologue  
et un travailleur social

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

3 sessions  
dans l'Ain  
À  
Prévessin-Moëns  
Belley, Miribel

  
Action soutenue par la  
Conférence des Financiers

Avec le soutien de la  
  
cnsa  
Caisse nationale de  
solidarité pour l'autonomie

  
Prévessin-Moëns

  
Ville de Belley

  
LE MAS RILLIER - LES ECHETS

  
le Département

# Aalée

Le plein d'activités pour les seniors

PLAN SENIORS  
01

adapa  
AIDER & ACCOMPAGNER  
À DOMICILE

RÉSEAU  UNA

PRÉSENTE

# Le groupe de Parole des proches aidants



UN MARDI PAR MOIS  
ENTRE 14H ET 15H30  
animé par un psychologue  
et un travailleur social

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

3 sessions  
dans l'Ain  
À  
Prévessin-Moëns  
Belley, Miribel

  
Action soutenue par la  
Conférence des Financiers

Avec le soutien de la  
  
cnsa  
Caisse nationale de  
solidarité pour l'autonomie

  
Prévessin-Moëns

  
Ville de Belley

  
LE MAS RILLIER - LES ECHETS

  
le Département



### POUR QUI ?

Un « **proche aidant** » est celui qui accompagne de manière non professionnelle mais régulière et répétée, une personne de son entourage (conjoint, enfant, parent, frère/sœur, ami) qui se trouve en situation de maladie, de handicap, de perte d'autonomie ou de difficulté. Ce soutien indispensable porte sur plusieurs aspects de la vie quotidienne.

### QU'EST-CE QU'UN GROUPE DE PAROLE ?

C'est la rencontre de personnes ayant un point commun, ici, celui de prendre soin et d'accompagner un proche de manière régulière. Le groupe de parole permet de **sortir de chez soi, de rencontrer d'autres personnes et de faire un pas de côté par rapport à sa propre situation**. Le groupe fonctionne selon **des règles partagées par tous à chaque séance** : écoute, respect, bienveillance, non jugement. Les discussions s'appuient sur un thème défini à l'avance et la circulation de la parole est garantie par les intervenants professionnels. Les séances incluent un temps de détente.

### OÙ ET QUAND ?

 LE MAS MILLIER - LES ECHETS	14/09/2021 26/10/2021 23/11/2021 14/12/2021 04/01/2022 25/01/2022 15/02/2022	 Prévessin-Moëns	21/09/2021 09/11/2021 30/11/2021 11/01/2022 01/02/2022 22/02/2022 08/03/2022	 Ville de Belley	19/10/2021 16/11/2021 07/12/2021 18/01/2021 08/02/2022 01/03/2022 15/03/2022
Centre socio-culturel Salle du Conseil 17 rue Joseph Carre 01700 MIRIBEL		Maison des familles Le Prieuré Bât. W 01280 PREVESSIN MOENS		Maison des sociétés 98 Rue de la République 01300 BELLEY	

### ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

dans le respect des gestes barrières  
et des mesures sanitaires en vigueur

### PLUS D'INFORMATIONS

07 87 07 47 78

[prochesaidants@adapa01.com](mailto:prochesaidants@adapa01.com)



[www.adapa01.fr](http://www.adapa01.fr)

rubrique « événements »

Accueil des proches que vous aidez sur demande, transport accompagné possible





### POUR QUI ?

Un « **proche aidant** » est celui qui accompagne de manière non professionnelle mais régulière et répétée, une personne de son entourage (conjoint, enfant, parent, frère/sœur, ami) qui se trouve en situation de maladie, de handicap, de perte d'autonomie ou de difficulté. Ce soutien indispensable porte sur plusieurs aspects de la vie quotidienne.

### QU'EST-CE QU'UN GROUPE DE PAROLE ?

C'est la rencontre de personnes ayant un point commun, ici, celui de prendre soin et d'accompagner un proche de manière régulière. Le groupe de parole permet de **sortir de chez soi, de rencontrer d'autres personnes et de faire un pas de côté par rapport à sa propre situation**. Le groupe fonctionne selon **des règles partagées par tous à chaque séance** : écoute, respect, bienveillance, non jugement. Les discussions s'appuient sur un thème défini à l'avance et la circulation de la parole est garantie par les intervenants professionnels. Les séances incluent un temps de détente.

### OÙ ET QUAND ?

 <p>LE MAS MILLIER - LES ECHETS</p> <p>Centre socio-culturel Salle du Conseil 17 rue Joseph Carre <b>01700 MIRIBEL</b></p>	 <p>Prévessin-Moëns</p> <p>Maison des familles Le Prieuré Bât. W <b>01280 PREVESSIN MOENS</b></p>	 <p>19/10/2021 16/11/2021 07/12/2021 18/01/2021 08/02/2022 01/03/2022 15/03/2022</p> <p>Maison des sociétés 98 Rue de la République <b>01300 BELLEY</b></p>
<p>14/09/2021 26/10/2021 23/11/2021 14/12/2021 04/01/2022 25/01/2022 15/02/2022</p>	<p>21/09/2021 09/11/2021 30/11/2021 11/01/2022 01/02/2022 22/02/2022 08/03/2022</p>	

### ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

dans le respect des gestes barrières  
et des mesures sanitaires en vigueur

### PLUS D'INFORMATIONS

07 87 07 47 78

[prochesaidants@adapa01.com](mailto:prochesaidants@adapa01.com)



[www.adapa01.fr](http://www.adapa01.fr)

rubrique « événements »

Accueil des proches que vous aidez sur demande, transport accompagné possible

