



ACCOMPAGNER  
UN PROCHE ATTEINT  
D'UNE MALADIE  
NEURODÉGÉNÉRATIVE  
OU APPARENTÉE

La ville de Saint-Orens  
à vos côtés

# GROUPES DE PAROLE

Par France Alzheimer et le CCAS

Les groupes de parole sont des sessions encadrées par un psychologue et un bénévole de l'association, destinées à toutes personnes intéressées par le sujet de la maladie d'Alzheimer ou d'une pathologie cognitive.

Ces groupes offrent un espace d'expression libre et de partage entre personnes confrontées à des expériences similaires.

Lors de ces rencontres, les bibliothécaires présentent des livres variés, et grâce au partenariat avec France-Alzheimer, les participants peuvent les emprunter.

## POURQUOI REJOINDRE UN GROUPE DE PAROLE ?

- ▶ Pour diminuer l'angoisse et la culpabilité du proche aidant grâce à une **meilleure compréhension des comportements dus à la maladie**.
- ▶ Pour **prévenir les situations d'épuisement qui affectent la santé physique et psychique** du proche aidant et entraînent des répercussions sur sa vie sociale et familiale.
- ▶ Apporter du soutien et rompre le **sentiment de solitude** via l'échange des familles sur leurs expériences personnelles, à la fois semblables et singulières.
- ▶ Partager un vécu difficile, exprimer une charge émotionnelle et découvrir des stratégies pour **mieux accompagner son proche malade**.

ACCÈS LIBRE ET GRATUIT

LIEU :

1<sup>er</sup> étage Médiathèque Municipale,  
Espace Culturel Altigone,  
Place Jean Bellières - Saint-Orens de  
Gameville

DATES ET HORAIRES :

Une fois par mois de 14h à 16h  
Renseignements auprès de la  
Médiathèque

CONTACT :

Médiathèque Municipale  
Place Jean Bellières  
05 61 39 27 39  
[mediatheque@mairie-saint-orens.fr](mailto:mediatheque@mairie-saint-orens.fr)



# L'ACCUEIL RÉPIT POUR LES AIDANTS

## EN QUOI L'ACCUEIL RÉPIT PEUT VOUS AIDER?

Pour permettre aux aidants familiaux de se reposer ou de s'adonner à des loisirs personnels pendant que leurs proches participent aux activités de l'accueil répit.

Cette structure non médicalisée offre aux personnes atteintes de maladies neurodégénératives un espace dédié à des activités ludiques adaptées.

## COMMENT EN BÉNÉFICIER ?

un entretien avec un travailleur social est requis avant l'admission.

8 places disponibles par session, Participation de 10 €/après-midi pour les activités et le goûter.

### LIEU :

Salle Agranat, 20 Rue de Nazan à Saint-Orens de Gameville.

### DATES ET HORAIRES :

Le lundi de 14h à 17h.

## INSCRIPTION

Auprès du Centre Communal d'Action Sociale - CCAS.

# CONTACTS

Centre Communal d'Action Sociale - CCAS  
Pôle Municipal de Cohésion Sociale  
2 rue Rosa Parks  
Place de la Fraternité – 31650 Saint-Orens

05 61 39 54 05  
accueil.ccas@mairie-saint-orens.fr

# ACCÈS

