

Aides aux aidants familiaux

Définition : La Maison de l'autonomie (MDA) organise des « Pauses » destinées aux aidants familiaux :

- en groupe de parole pour leur permettre un espace d'échanges sur leurs difficultés et leur épuisement dans l'accompagnement de leur proche âgé ou en situation de handicap, d'y recevoir des conseils et des éclairages. L'occasion de souffler un peu, de parler de ses difficultés, d'échanger avec des professionnels qualifiés et d'autres aidants vivant des situations semblables.
- en séance individuelle pour permettre un « lâcher prise »

Public :

- La Pause « Aidants seniors » pour les familles et proches de personnes âgées, animée par une psychologue, groupe de parole, 1 samedi par mois de 10h à 11h30
- La Pause « Aidants de personnes en situation de handicap » pour les familles et proches de personnes handicapées, animée par une psychologue, groupe de parole, 1 samedi par mois de 10h à 11h30
- La Pause « Massage détente » pour les familles et proches de personnes âgées et/ou handicapées, en séance individuelle de 20 minutes, animée par une praticienne en massage assis habillé, les lundis après-midi

Conditions : Sur inscription gratuite.

Lieu : Maison de l'autonomie (MDA) - Centre Robert-Debré - 10 ter rue d'Estienne d'Orves - 92500 Rueil-Malmaison

Contact : 01 41 39 88 00