



Vie sociale

## « Un temps pour soi » : un groupe de parole pour les aidants

La Maison de l'Engagement et de l'Initiative des Jeunes en territoires, encouragée par la conférence des financeurs Conseil Départemental de Meurthe-et-Moselle, propose des groupes de paroles destiné aux proches aidants, accompagnant une personne âgée en perte d'autonomie ou en situation de handicap.

Publié le 2 novembre 2022

Les prochaines séances sont fixées au 16 novembre et au 14 décembre à la Maison de l'Engagement et de l'Initiative des Jeunes en territoires. Ces groupes de parole et ateliers seront animés par une psychologue pendant 1h30 à 2h et permettront aux participants d'échanger sur leurs ressentis, leurs difficultés et de réfléchir à des pistes de réponses mais également de prendre un temps pour eux.

Ils ont pour objectifs d'accompagner les aidants durant les périodes difficiles, de leur permettre de s'adapter à l'évolution de la maladie de la personne qu'ils accompagnent, de les aider à lutter contre l'épuisement, la démobilitation, le sentiment de culpabilité et de les informer sur les soutiens possibles.

Ces ateliers sont gratuits mais accessibles sur inscription, par mail : [jeunesenterritoires@gmail.com](mailto:jeunesenterritoires@gmail.com) ou par téléphone au 03 83 37 04 46.



## HÔTEL DE VILLE

Place de la République  
54270 Essey-lès-Nancy

*Se rendre en mairie*

Du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h  
(fermeture à 16h30 le vendredi)  
le samedi de 10h à 12h (état civil)

*Horaires d'affluence*