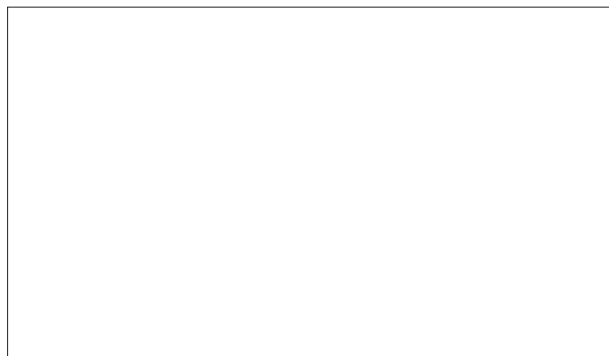


Créée en 1985, France Alzheimer et maladies apparentées est la seule association nationale de familles reconnue d'utilité publique sur la maladie. Elle peut compter sur l'expertise et la force de plus de 100 associations départementales engagées au plus près des familles.

## NOS MISSIONS :

- Accompagner et soutenir les familles concernées.
- Sensibiliser l'opinion et impliquer les pouvoirs publics.
- Contribuer au progrès de la recherche.
- Former les professionnels de santé.



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



et le soutien de :



Allo France Alzheimer :

**0 800 972 097**

Service & appel  
gratuits

Union nationale des associations  
France Alzheimer et maladies apparentées  
11 rue Tronchet – 75008 Paris  
[www.francealzheimer.org](http://www.francealzheimer.org)



Un malade, c'est toute une famille qui a besoin d'aide

# GROUPE DE PAROLE

Illustration : Fabien Gilbert - 2021



## DE QUOI S'AGIT-IL ?

Le groupe de parole offre un espace de soutien et d'écoute. Les proches aidants vont s'y rencontrer pour échanger sur les problématiques qu'ils vivent et qu'ils traversent.

Aidés par un psychologue, les participants vont pouvoir partager leurs savoirs et construire ensemble de nouvelles pistes de réflexion pour mieux vivre leur quotidien.



## QUELS SONT LES OBJECTIFS ?

- Diminuer l'angoisse et la culpabilité du proche aidant grâce à une meilleure compréhension des comportements dus à la maladie.
- 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.

## À QUI CELA S'ADRESSE ?

Le groupe de parole s'adresse à tout proche aidant désireux de s'exprimer librement sur un sujet qui le touche en présence de personnes confrontées à la même situation et auxquelles il sera possible de s'identifier.

Certaines associations proposent également un groupe de parole spécifique pour les personnes malades notamment pour celles en début de maladie et/ou de moins de 65 ans.

**« ON VOIT LES CHOSES SOUS UN AUTRE JOUR, ON PREND DE LA HAUTEUR, ON S'APAISE COLLECTIVEMENT. »**

Simone B.

L'INFO

EN +

Proposé gratuitement, le groupe de parole se tient en règle générale une fois par mois durant deux heures.

NB : Avant de débiter les séances, des groupes de 6 à 12 personnes sont constitués selon le profil des participants, pour mieux répondre aux besoins de chacun. Un contact préalable est établi par le psychologue.