

# Marche citoyenne entre aidants



- Vous êtes concernés par l'accompagnement d'un proche dépendant du fait de la maladie ou de l'âge ?
- Vous avez besoin d'un moment pour en parler, pour partager votre expérience ?

La Mutualité Française Centre et la plateforme d'accompagnement et de répit du Centre Départemental Gériatrique de l'Indre (CDGI) mettent en place une action originale à travers différentes activités (calendrier au verso).

Après la découverte ou la redécouverte d'un lieu culturel de la ville vous pourrez échanger avec un professionnel autour de différentes thématiques.

Votre proche pourra être pris en soin gratuitement par l'équipe de l'accueil de jour du CDGI, dans la limite des places disponibles.

- Le rendez-vous est fixé pour chaque date à l'accueil de jour du CDGI : **1 chemin du Lavoir à Châteauroux.**
- Chaque atelier sera animé par la psychologue de la plateforme de répit.

Date	Thématique	Horaire	Intervenant	Lieu visité
Samedi 4 mars	Droits	9h – 13h	Assistante sociale	Atelier passerelle
Mardi 21 mars	Compréhension de la maladie	18h – 20h	Neuropsychologue	Musée Bertrand
Mardi 4 avril	Alimentation	18h – 20h	Diététicienne (CDGI)	Plateforme de répit
Mardi 25 avril	Lâcher-prise	18h – 20h	Sophrologue	
Mardi 16 mai	Médiation familiale	18h – 20h	Association médiation familiale	
Mardi 30 mai	Bilan	18h – 20h	Chargé de mission MFC	

Pour tout renseignement et inscription,  
 contacter Vanessa BARTHÉLÉMY  
 06.74.26.11.36 – v.barthelemy@cdgi36.fr