

Vous aidez un proche âgé en perte d'autonomie ?

Vous souhaitez vous informer ?

**Echanger avec des personnes ayant des préoccupations similaires
aux vôtres ?**

Venez découvrir l'espace de rencontre, d'information, d'échange et d'écoute
dédié aux proches aidants

L'**E**space de **R**encontre et d'**E**coute à **S**aint-**G**ermain-En-Laye

ERESG se réunit **le quatrième mercredi chaque mois**
de 14h30 à 16h30 au Club Louis XIV – Jardins des arts
Place André Malraux SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

- **23 janvier : Prendre soin de soi avec la sophrologie**
(intervention d'une sophrologue)
- **27 février : Aider par amour et/ou par devoir**
- **27 mars : Projection et échanges autour du film**
« Floride »
- **24 avril : Les richesses de la relation d'aide**
- **22 mai : Les séjours aidants-aidés**
(intervention d'une association proposant ces séjours)
- **26 juin : Les deuils du proche aidant**
- **24 juillet : Echanges libres**

Entrée libre et gratuite

Pour plus de renseignements : contacter le réseau GRYN au **01.30.61.70.16**

Contact : Laure Guillemain, psychologue – laure.guillemain@gryn.pro