

COVID ET APRÈS ? *Si on s'en parlait ?*

Depuis 1 an, la situation sanitaire nous oblige à restreindre nos interactions sociales.

La participation aux animations des associations est rendue difficile. L'engagement associatif, est lui aussi mis en sommeil. Les liens de voisinage, amicaux et même familiaux sont limités !

Les **personnes de plus de 50 ans** ne sont pas épargnées par ce contexte. Certaines éprouvent un réel **sentiment d'inutilité**. D'autres sont **effrayées ou angoissées par cette situation**, qu'elles n'arrivent plus à gérer.

Ces constats ont été partagés dans différentes instances par des professionnels du social, médicosocial, médical.

Il nous a semblé important d'agir et de permettre à celles et ceux qui le souhaitent de **participer à des temps de respiration, d'expression, pour libérer les émotions et la parole**. Mais aussi pour être en projet ; c'est-à-dire pour passer de l'expression des émotions à la mise en mouvement.



COVID ET APRÈS ? *Si on s'en parlait ?*

Ainsi, sur Sèvremoine, nous proposons des **rencontres en petits groupes aux plus de 50 ans pour partager leurs émotions et avancer ensemble.**

Ces rencontres sont co-animées par des professionnels du pôle santé mental du centre hospitalier de Cholet :

- ☀ *L'équipe mobile Réhab (soins de réhabilitation psychosociale)*
- ☀ *Des infirmières en pratiques avancées*

Et par un professionnel du social (animateur du Centre Social Indigo).

Ces rencontres se font **sur inscription** (auprès du Centre Social Indigo) et elles sont **gratuites.**

En tant que professionnels de santé **ces rencontres vous sont ouvertes.** Sous-réserve d'inscription (**places limitées**).

Nous comptons donc sur vous pour orienter les personnes vers cette nouvelle proposition.

