

# 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.**

