




ASSOCIATION SPAD  
BP 501 SCIONZIER  
74305 CLUSES CEDEX

## Pour tous renseignements

Le secrétariat  
de l'association SPAD  
vous accueille

Du Lundi au Vendredi  
De 8h à 12h  
De 14h à 17h



 04 50 98 94 11

 [accueil@spadf.org](mailto:accueil@spadf.org)

<http://www.spadf.org>

### Partenaires

Harmonie  
Mutuelle



Commune  
De Scionzier



*Groupe  
d'entraide  
au Deuil*



## *Pour qui ?*

Pour toute personne qui vit le deuil d'un proche et qui désire le partager.

Sous la forme d'un groupe de 10 personnes (maximum) :

- Qui croit en la complicité et la confiance générées par le partage
- Qui croit en l'aide mutuelle que cela peut apporter.

## *Objectifs*

- Briser la loi du silence
- Reconnaître l'identité de chacun en tant qu'endeuillé
- Concrétiser l'entraide et rompre avec l'isolement
- Faire prendre conscience que le deuil est un travail dans le temps.

## *Déroulement*

- 6 séances de 2h sont proposées
- Tous les 1ers samedis du mois pendant 6 mois,
- 4 séances sur 6 sont basées sur des activités « dynamiques » et fédératrices au choix
- Le groupe est constitué de 10 personnes maximum et est effectif à partir de 4 inscriptions.

## *Lieu*

Pour plus d'informations veuillez téléphoner au secrétariat.

## *Coût*

Adhésion de 10€ par participant pour toute la session.

## *Animation*

- Un infirmière de l'association SPAD formée à l'accompagnement et à l'animation,
- Une personne bénévole formée à l'accompagnement,
- Des intervenants extérieurs diplômés dans leur spécialité.

# *Activités dynamiques sur le thème « Prendre Soins de Soi »*

Pour ré-approprier le temps du soi, voici les 6 séances proposées :

1. Une séance de rencontre et de présentation des activités.
2. Une séance aux Thermes de Saint Gervais avec un temps de partage en tisane.  
*Ou (au choix)*  
Une séance de gym douce et détente avec Mlle LAGAY (Psychomotricienne)
3. Une séance de rassemblement en groupe entier.
4. Une séance de découverte à la sophrologie, et à l'hypnose avec Mme METRAL (sophrologue)  
*Ou (au choix)*  
Une séance de découverte des ressources musicales, bibliographiques, cinématographiques avec l'équipe de la médiathèque de Bonneville.
5. Une séance de marche en nature avec productions photographiques  
*Ou (au choix)*  
Une séance d'Art-thérapie avec Melle Henri (art-thérapeute)
6. Une séance de clôture par le partage autour des productions réalisées.

NB : La présence aux 6 séances est conseillée pour la cohérence du groupe

# Bulletin D'inscription

( coupon à remplir et renvoyer  
avec le chèque d'adhésion)

NOM

---

PRENOM

---

ADRESSE

---

---

---

TELEPHONE

---

MAIL

---

*L'inscription sera complète  
à la réception du bulletin  
accompagné de l'adhésion de 10€  
à adresser à l'Association  
SPAD BP 501 74305 CLUSES CEDEX*