

# Ateliers résilience



**On vous a diagnostiqué une pathologie visuelle incurable ? N'attendez pas d'être le dos au mur.**

Ces ateliers sont de petits groupes de parole et d'échange **gratuits par téléphone** animés par des professionnels des sciences humaines et sociales, et des patients-experts ayant le même vécu.

## Pour qui ?

Les plus de 40 ans\* **atteints de troubles visuels** quels qu'ils soient :

- qui éprouvent ou commencent à éprouver des difficultés dans les tâches de la vie quotidienne (lecture, écriture, déplacement, etc...)
- qui anticipent l'apparition de ces empêchements par rapport à leur pathologie (DMLA, rétinopathie, glaucome, etc...)

\*Gir 4 à 6 inclus.

## Les objectifs

- Rompre le silence grâce aux échanges
- Offrir des solutions pour améliorer votre qualité de vie
- Anticiper dès à présent pour conserver votre capital autonomie à long terme



## Les avantages

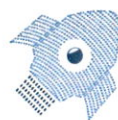
- Dispositif gratuit
- Pas de déplacement à prévoir : tout se déroule par téléphone
- Rejoignez une communauté prête à vous soutenir !



Rendez-vous sur  
<https://www.hypra.fr/ateliers-resilience/>  
Contactez-nous au 01 84 73 06 61



# Le déroulé d'un cycle



**HYpra**  
GÉNÉRATEUR DE PUISSANCE D'AGIR

## SÉANCE 1 | LIBÉRER LA PAROLE

- Sortir de l'isolement
- Libérer la parole
- Partager son vécu
- Entendre le témoignage de patients entrés en résilience

## SÉANCE 2 | S'ÉMANCIPER DU REGARD DES AUTRES

- Expliquer sa situation à son environnement social
- Déjouer la peur du regard social
- Valoriser sa différence
- Entendre le témoignage de patients entrés en résilience

## SÉANCE 3 | VIVRE AUTREMENT

- Contempler le champ des possibles
- Construire une stratégie de réadaptation
- Refuser le renoncement

## SÉANCE 4 | SE PRÉPARER À TOUT

- Trouver l'aide qui vous correspond
- Les aides techniques existantes
- Les aides humaines
- Les financements possibles

Inscriptions et plus d'informations sur [www.hypra.fr/ateliers-resilience/](http://www.hypra.fr/ateliers-resilience/)  
ou au 01 84 73 06 61

Avec le soutien de :



En partenariat avec la conférence des financeurs  
des départements suivants :

