



le cocon
maison des aidants de mions



**Vous accompagnez régulièrement un proche ?
Vous êtes un partenaire potentiel ?
Contactez la maison des aidants :**



maisondesaidants@mions.fr



04 72 23 26 16

Accueil téléphonique

du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h (fermé le mercredi après-midi)



Accueil **sur RDV**

Lundi : 9h-12h / 14h-18h30 - Mardi : 9h-12h / 14h-17h

Mercredi : 9h-12h30 - Jeudi : 9h-12h / 14h-18h30 - Vendredi : 9h-12h / 14h-17h

Au cœur de **mions**,
un lieu ressource **ouvert à tous, gratuit**
entièrement dédié à **ceux qui aident les autres**



Vous vous occupez régulièrement d'un proche âgé, en situation de handicap ou touché par une maladie, qu'elle soit chronique ou temporaire ?

Vous êtes aidant.



Un aidant peut être le parent, le grand-parent, l'enfant, le petit-enfant, un membre de la fratrie ou un ami de la personne aidée - quel que soit son âge ou sa situation.

Pensé comme un lieu refuge, modulable, chaleureux et ouvert aux aidants, le Cocon vous accueille pour faire le point sur votre situation, vos éventuelles difficultés et vous proposer un accompagnement adapté à vos besoins.

Parce que vous comptez aussi

Pour prendre soin de soi

Pour faire une pause

Pour faire face

Pour être soutenu(e)

**La maison des aidants
vous est ouverte.**



« À Mions, nous savons que prendre soin d'un proche, ça peut arriver à tout âge. Que l'on aide un parent, un conjoint, un ami, ou même son enfant, on a parfois besoin de souffler et d'être écouté. C'est tout le sens du Cocon, notre Maison des aidants : un lieu ouvert à tous, Miolands ou non, gratuit, pour faire une pause, trouver des infos ou partager ses expériences. Merci à tous ceux qui ont rendu ce projet possible. J'invite les aidants, quel que soit leur âge ou leur histoire, à venir découvrir ce bel espace qui leur est dédié. »

Mickaël Paccaud
Maire de Mions
Président du CCAS

Le cocon est un espace entièrement dédié au répit de ceux qui aident au quotidien.

- Un lieu d'écoute, de soutien et d'orientation,
- Un accompagnement administratif et juridique,
- Un soutien psychologique,
- Des formations adaptées à vos besoins,
- Des activités de loisirs et de détente,
- Un espace d'information et de documentation,
- Une chambre de répit pour les aidants.

Une équipe pluridisciplinaire est à votre écoute.

Un suivi sans contrainte, en prenant en compte vos obligations. La Maison des aidants vous propose d'être accompagné(e) selon votre rythme, de façon ponctuelle ou plus pérenne.



“Prendre soin de soi ce n'est pas s'éloigner de ceux qu'on aime. C'est se donner les moyens de rester à leurs côtés.”

Mélissa, aidante de ses enfants