Madame, Monsieur,

Peut-être souffrez-vous d'un trouble visuel qui vous inquiète et qui risque de vous limiter dans vos activités de la vie quotidienne ? Ne pensez pas que cela va forcément mener à une diminution de votre autonomie et ne renoncez pas à vos activités préférées.

Les ateliers résilience sont justement là pour vous aider à prendre confiance en vous, à surpasser vos angoisses et à paver votre chemin vers la résilience grâce à des conseils personnalisés et des connaissances nouvelles pour simplifier votre quotidien.

Ce sont de petits groupes d'échanges et de soutien destinés aux personnes déficientes visuelles de plus de 40 ans et animés par des professionnels et des personnes ayant le même vécu. Vous suivrez les ateliers par téléphone depuis chez vous.

Un cycle d’ateliers de 4 séances va vous permettre d’être en contact avec des personnes dans la même situation que vous. Vous pourrez écouter leurs témoignages, leurs conseils, découvrir les aides techniques ou humaines et ressources existantes mais aussi parler ensemble des actions à mettre en place pour maintenir ou retrouver votre autonomie.

Ce dispositif a pour objectif de vous présenter l’horizon des possibles qui s’offre à vous, peu importe la progression de votre déficience. Vous pourrez également être amené à essayer des aides techniques ou à découvrir des professionnels qui pourront vous apporter un accompagnement spécialisé et personnalisé.

Vous trouverez plus d'éléments sur la petite brochure jointe à ce courrier.

Grâce au partenariat entre **le nom de la structure** et HYPRA, ces ateliers vous sont proposés gratuitement.

N'hésitez pas à nous joindre au **numéro de téléphone de la structure** ou contactez HYPRA au 01.84.73.06.61 pour plus d’informations sur les inscriptions.

Bien cordialement,

**Le gestionnaire de la structure**

*En partenariat avec Action mise en place grâce au soutien de* 



 **[+ logo CFPPA et logo du département]**