

# PROGRAMME

## AVRIL à JUIN 2026

# ALFa Répit

## LE RELAIS DES AIDANTS

### Secteur Nord Loire



02 40 66 94 58

[contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)

Site internet : [www.alfarepit.fr](http://www.alfarepit.fr)



## ECHANGER, S'INFORMER, PARTAGER : Café répit



Un rendez-vous **ouvert à tous** pour **échanger et s'informer** sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Le Café répit permet de se retrouver dans un lieu convivial autour d'un verre, d'un thé ou d'un café et d'exprimer ses préoccupations en **rencontrant d'autres aidants**. Un thème différent est proposé à chaque rencontre pour faciliter les échanges. Une professionnelle du Relais des aidants anime ces rencontres.

### **VAY** Salle Léon Chiron – 1 rue principale

<b>1<sup>er</sup> mercredi du mois</b> <b>14H30-16H30</b>	1 avril - Préserver sa place d'enfant ou de conjoint quand on est aidant
	6 mai - Décoder les comportements
	3 juin - L'annonce et l'après du diagnostic

### **BLAIN** Salle CEV – rue Alcoutim

<b>3<sup>ème</sup> jeudi du mois</b> <b>14H30-16H30</b>	16 avril - Et moi qui m'aide ?
	21 mai - La relation avec les professionnels
	18 juin - Être séparés par l'entrée en EHPAD

### **CHÂTEAUBRIANT** Salle d'activité du Foyer restaurant – 9 Esplanade des Terrasses

<b>4<sup>ème</sup> jeudi du mois</b> <b>14H-16H</b>	28 mai - La relation avec les professionnels
	25 juin - Être séparés par l'entrée en EHPAD



## SE RESSOURCER, PRENDRE SOIN DE SOI Pour continuer à prendre soin de l'autre



### ATELIERS BIEN-ETRE

## ASINO-MEDIATION/ MEDIATION PAR LES ÂNES

### GUENROUET - Les pièces aux oiseaux

*Atelier de "lâcher-prise" à la ferme. Découverte des ânes, brossage et soins, câlins et caresses.*

*Possibilité de faire une balade*

Les mercredis

De 14h30 à 16h00

- 8 et 29 avril
- 20 et 27 mai
- 10 et 17 juin



### ATELIERS CUISINE



Venez partager un moment convivial, éveillez vos papilles et développez vos talents culinaires !

**NOZAY** – Salle de l'Orée des jardins- 15 impasse des 5 baies-entrée par le boulevard Hillereau

mardis de 10h à 13h

mardi de 11h à 14h

- 26 mai
- 7 juillet
- 16 juin



15 € / couple

*Ateliers animés par une diététicienne*



# COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER



## LA MALADIE D'ALZHEIMER ET APPARENTÉES



**CHATEAUBRIANT** – Espace socioculturel – 19, rue Jacquard

**Les jeudis**  
**10H00 à 12H00**



- 16 avril : Comprendre la maladie
- 30 avril : Les troubles cognitifs
- 07 mai : Les troubles psycho-comportementaux
- 28 mai : Activités de la vie quotidienne
- 04 juin : Activités complexes / la vie sociale et relationnelle
- 18 juin : Les aides possibles- avec le CLIC de Châteaubriant
- 25 juin : Ressources et limites de l'aidant



## OUTILS CONCRETS



**PLESSE** - Salle Iris - 22, rue de Malagué

**Les vendredis**  
**14H30 à 16H30**

- 15 mai : L'alimentation de son proche aidé avec une maladie neuro-évolutive
- 19 juin : La gestion de son agenda quand on est aidant

## SAINT-NICOLAS-DE-REDON : Théâtre

**« Comme une ritournelle » : ou Comment aborder autrement la maladie d'Alzheimer ?**

Cette pièce traite ce sujet grave avec humour et délicatesse. Loin de s'appesantir sur la maladie, la pièce permet de sensibiliser le grand public aux difficultés que rencontrent les proches aidants mais aussi les professionnels de personnes vivant avec des troubles cognitifs liés à l'âge.

Immersion drôle et émouvante dans la maladie d'Alzheimer.

**Vendredi 3 avril à 20h30**

**Espace Pierre Etrillard**

**ST-NICOLAS DE REDON**

**Comme une ritournelle**  
Une immersion drôle et émouvante dans la maladie d'Alzheimer

**Théâtre** Écriture et mise en scène Aurélien Jumelais  
Mise en scène par Claudine FOUCAULT

**Vendredi 3 avril 20h30**

**Espace Pierre Etrillard Saint-Nicolas de Redon (44)**  
Entrée : 10€

Renseignements et réservation  
contact@enmemoiredeux.com  
tel. 02 51 96 53 71  
https://enmemoiredeux.com

Représentation financée, en partie, par la Conférence des Bailleurs de Loire-Atlantique

# PERMANENCES DU RELAIS DES AIDANTS

## Espace ressource dédié aux proches aidants

**Vous aidez un proche, nous venons vers vous !**

*Rencontres, informations, écoute pour les proches*



## ATELIERS THEMATIQUES dans l'antenne

**Les activités à réaliser  
avec son proche**

### Avril 2026

**Vendredi 10** de 9h30 à  
11h30

**Nort-sur-Erdre** : Place du  
marché

**Lundi 13** de 14h30 à 16h30

**Nozay** : Parking SSR

**Vendredi 17** de 9h30 à 11h30

**Guémené-Penfao** : Place du  
marché

**Lundi 27** de 14h30 à 16h30

**Vigneux de Bretagne** :  
Étang de Choizeau

**La gestion du  
stress/l'épuisement de  
l'aidant**

### Mai 2026

**Lundi 4** de 14h30 à 16h30

**Châteaubriant** : Parking du CH

**Lundi 11** de 14h30 à 16h30

**Nozay** : Parking SSR

**Vendredi 15** de 9h30 à 11h30

**Guémené-Penfao** : Place du  
marché

**Lundi 18** de 14h30 à 16h30

**Châteaubriant** : Parking SSR

**Jedi 21** de 9h30 à 11h30

**Soudan** : Devant la mairie

**Vendredi 22** de 15h à 17h

**Saffré** : Place de l'Eglise, face au  
marché

**Lundi 25** de 14h30 à 16h30

**Vigneux de Bretagne** : Étang du  
Choizeau

**Vendredi 29** de 9h30 à 11h30

**St Vincent des Landes** : Parking  
des forges

**Les troubles du  
comportement**

### Juin 2026

**Vendredi 5** de 9h30 à 11h30

**Nort-sur-Erdre** : place du marché

**Lundi 8** de 14h30 à 16h30

**Châteaubriant** : Parking du CH

**Lundi 15** de 14h30 à 16h30

**Nozay** : Parking SSR

**Vendredi 19** de 9h30 à 11h30

**Guémené-Penfao** : Place du  
marché

**Lundi 22** de 14h30 à 16h30

**Châteaubriant** : Parking SSR

**Vendredi 26** de 9h30 à 11h30

**St Vincent des Landes** : Parking  
des forges

**Vendredi 26** de 15h à 17h

**Saffré** : Place de l'Eglise, face au  
marché

**Lundi 29** de 14h30 à 16h30

**Vigneux de Bretagne** : Étang du  
Choizeau

Renseignements :  
02.40.66.94.58



## SE DETENDRE, SE RENCONTRER

### SEJOUR REPIT aidant/aidé

Pour rompre le quotidien et partage des moments de détente. Accompagnement des aidés pour les gestes de la vie quotidienne. Un séjour où chacun à des espaces spécifiques (aidants et aidés) et des moments partagés.

#### SAINT MOLF Maison Rivage – Kerguenec

2 séjours par an

30 mars au 3 avril 2026

14 au 18 septembre 2026

### RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Un moment partagé avec son proche : promenade, animation

#### GUENROUET : vendredi 17 avril

**RDV 14h30 Les pièces aux oiseaux**

Asino-médiation - Charlotte Clergeau

2€/couple ou duo



#### BLAIN : mercredi 13 mai

**RDV à 14h30 Parking du Château de La Groulais**

Exposition et promenade aux alentours du château

2€/couple ou duo



#### SION-LES MINES : mercredi 24 juin

**RDV à 14h30 au 6, La Hunaudière**

Technique du moulage au sable, visite et histoire du site, coulée du métal en fusion

5€/couple ou duo



#### ST-LYPHARD : jeudi 23 avril

**RDV à 14h30 au Les chèvres du Bois Nozay**

Le Bois Nozay

3€ / couple ou duo



#### SAINT-NAZAIRE : jeudi 21 mai

**RDV à 14h30**

Promenade et douceurs sur le front de mer

3€ / couple ou duo



#### PORNICHET : jeudi 18 juin

**RDV à 14h30 à la Halte Répit**

Goûter des familles et karaoké

5 € / couple ou duo



Toutes nos activités sont sur inscription  
au 02.40.66.94.58

# NOS OFFRES DE RÉPIT

Solution de répit destinée aux aidants qui accompagnent un proche à leur domicile



## REPIT A DOMICILE



Renseignements au :  
02.40.66.94.58

<h3>Répit DOM</h3> <p><i>En partenariat avec l'ADAR</i></p> <p>De 2h à 5h/jour 20h sur l'année</p>	<h3>Pause répit</h3> <p><i>Avec 1 professionnel d'ALFa Répit</i></p> <p>De 1h à 8h/jour Jusqu'à 5 fois/trimestre</p>
--	--

<b>Tarif</b> : de 14€30 forfait après-midi	<b>HALTE REPIT</b> Inscription et renseignements : 02.40.66.94.58 <i>Sur réservation selon les places disponibles</i>
Un <u>lieu d'accueil</u>	Occasionnel et souple pour les personnes majeures malades et/ou en situation de handicap présentant ou non des troubles cognitifs
<u>Activités occupationnelles</u>	Jeux de société, de mémoire, activités artistiques et créatrices, motrices,...
<b>VAY</b>	<b>Maison Boulo -1 rue principale</b> <b>Lundi/Mercredi : 13h30 à 17h30</b> 
<b>DERVAL</b>	<b>14 rue de la Garlais</b> <b>Vendredi : 13h30 à 17h30</b> 
<b>ERBRAY</b>	<b>28 rue du rocher</b> <b>Jeudi : 13h30 à 17h30</b> 



## RELAYAGE À DOMICILE

Relais auprès du proche aidé par le même relayeur dans l'accompagnement à la vie quotidienne - 24h/24 de 36h à 6 jours consécutifs

Renseignements au **Tarif : 7€/heure- tarif 2024** Service co-porté par : ALFa Répit, l'ADMR et l'APEI ouest 44  
**02.40.53.99.99** [poledesaidantsapeouest44.fr](mailto:poledesaidantsapeouest44.fr)



# S'INFORMER

## POINT RELAIS DES PARTICULIER EMPLOYEUR

Vous avez un salarié en CESU, vous vous posez des questions sur son contrat, la réglementation, sa formation, les relations avec l'URSSAF...nous pouvons vous orienter vers le bon interlocuteur.

## PERMANENCE ISTF

Information et accompagnement pour les dossiers de mesures de protection :  
habilitation familiale, tutelle curatelle

**CHATEAUBRIANT** Maison de la justice et du droit 2ème jeudi du mois  
14 rue des Vauzelles 14h-17h  
02 28 50 44 41



### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Jacqueline LE BAIL, Présidente et le Conseil d'Administration ont le plaisir de vous inviter à l'Assemblée Générale ordinaire de l'Association ALFa Répit, moment d'informations, de partage et de convivialité :

#### Ordre du jour

- Rapport moral
- Rapport d'activité
- Rapport financier
- Rapport du commissaire aux comptes
- Projets 2026

**Samedi 25 avril 2026**

À 14H00

Salle du Moulin de Rotz

5 chemin du Moulin de Rotz

**LA CHAPELLE DES MARAIS**

L'Assemblée Générale sera suivie d'un moment convivial autour d'un verre de l'amitié !



Merci de nous confirmer votre présence au 02.40.66.94.58 ou [contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)



Vous souhaitez nous rencontrer,  
Prenez rendez-vous, nous vous recevrons proche de chez vous

02 40 66 94 58

[contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)

Site internet : [www.alfarepit.fr](http://www.alfarepit.fr)

