



Relais des aidants

Pour vous accompagner au quotidien auprès de votre proche.

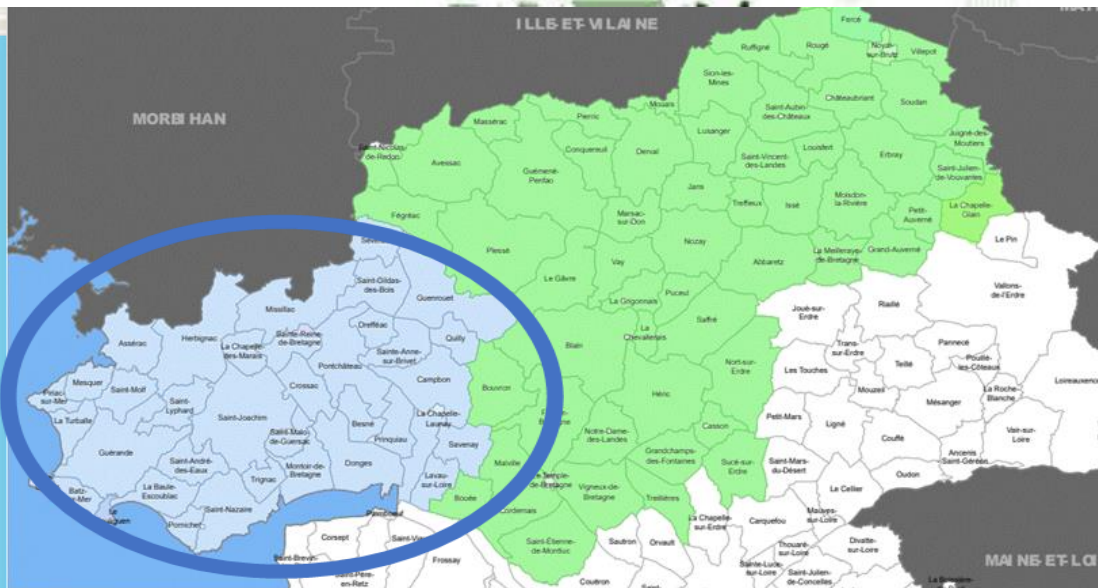


A
V
R
I
L

A

J
U
I
N

2023



SECTEUR
OUEST





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.

PORNICHET Halte répit – 71 C av St Sébastien

1^{er} lundi du mois 14H30-16H30	3 Avril	<i>Se faire aider ou pas ?</i>
	5 Juin	<i>Les richesses de la relation d'aide</i>

SAVENAY Le logis du chêne vert – 10 place de l'hôtel de ville

3^{ème} lundi du mois 15H00-16H30	17 Avril	<i>Se faire aider ou ps ?</i>
	15 Mai	<i>Souffler sans lâcher</i>
	19 Juin	<i>Les richesses de la relation d'aide</i>

GUERANDE Magasin « Trésors des régions » – route de Saillé

3^{ème} vendredi du mois 14H30-16H30	21 Avril	<i>conduite et maladie de la mémoire</i>
	12 Mai	<i>Intérêt du suivi orthophoniste</i>
	16 Juin	<i>protéger juridiquement son proche</i>



Entraide aidant : « Partager expériences et vécus »

Ce cycle de **3 rencontres** est une invitation à bénéficier de **l'expérience d'anciens aidants** et à **s'exprimer sur 3 thèmes** : parler de la maladie, la gestion des sentiments et prendre du temps pour soi. Co-animé par une psychologue et un ancien aidant.

PORNICHET Halte répit – 71 C av St Sébastien

Cycle de 3 rencontres	Dates à définir
------------------------------	-----------------



COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

MIEUX COMPRENDRE LA MALADIE D'ALZHEIMER

SAINT MOLF Centre culturel- 1 rue des epis

Les mardis de 14H30 à 16H30	28 mars	La maladie
	4 avril	Troubles cognitifs
	11 avril	Troubles Psycho-comportementaux
	18 avril	Activités de la vie quotidienne
	25 avril	Les aides (Intervention du CLIC)
	2 mai	Activités complexes/ Vie sociale et relationnelle
	9 mai	Ressources et limites

MIEUX VIVRE SON ROLE D'AIDANT

TRIGNAC Salle d'animation CCAS- 36 rue léo Lagrange

Les mercredis de 14H30 à 16H30	29 mars	Être reconnu et se reconnaître comme aidant
	5 avril	La relation d'aide
	12 avril	Reconnaître et comprendre ses émotions
	19 avril	La santé des aidants
	26 avril	Se faire aider quand on aide

MIEUX VIVRE SON ROLE D'AIDANT

PONTCHATEAU- Salle la Boule d'Or-25 rue Maurice Sambron

Les MARDIS de 14H30 à 16H30	9 mai	Être reconnu et se reconnaître comme aidant
	16 mai	La relation d'aide
	30 mai	Reconnaître et comprendre ses émotions
	6 juin	La santé des aidants
	13 juin	Se faire aider quand on aide



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 a des espaces spécifiques (aidants et aidés) et des moments partagés.

SAINT MOLF Maison Rivage – Kerguenec

2 séjours par
an

3 au 7 avril 2023
11 au 15 septembre 2023

475€ / couple
Tout compris

Toutes nos activités sont sur inscription au

02 40 66 94 58



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...

Contactez

Eléonore Philibien au 02.40.66.94.58



HALTE REPIT *Sur réservation selon les places disponibles*

Un lieu d'accueil

Occasionnel et souple pour les personnes majeures malades et/ou en situation de handicap présentant ou non des troubles cognitifs

Activités
occupationnelles

Jeux de société, de mémoire, activités artistiques et créatrices, motrices,...

PORNICHET

71c Av st Sébastien

Lundi/mercredi/jeudi

Mardi/vendredi :

Mercredi : Qi Gong adapté

Samedi

9h30-12h30

10h30 à 11h30

13h30 à 17h30

13h30-17h30

GUERANDE

Rez de jardin de la Résidence les Saulniers-

Impasse corbon

Porte vitrée à droite du bâtiment, sonnez à l'interphone

Mardis/jeudis

13h30-17h30

Inscription et
renseignements au

Tarif : de 10€ à 19 €

02.40.66.94.58



RELAYAGE A DOMICILE

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

Renseignements au
02.40.53.99.99

Tarif : 7€/heure- tarif 2022

Service co-porté par : Alfa Répit, l'Admr
et l'APEI ouest 44

Poledesaidantsapeiouest44.fr

Activités des partenaires

GROUPE D'ÉCHANGES

ST JOACHIM

**Jeudi 1 fois par mois
Tel 06.87.49.95.63**



LE POULIGUEN

**Le 2^{ème} samedi du mois
de 9h30 à 12h
06.14.50.13.48**



TRIGNAC

**Médiathèque municipale
rue Emile Combes
2^{ème} et 4^{ème} mardi du mois
Tel 02.40.45.85.55**



ATELIERS BIEN ÊTRE

ST JOACHIM

**Ateliers socio esthétique,
Ecriture, Qi Gong
Tel 06.87.49.95.63**



PERMANENCE ISTF

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

**PONTCHATEAU Clic Au fil de l'âge-
4 allée Denis Papin**

**2^{ème} mardi du mois
14h-17h**

FORUM PART'ÂGE

PONTCHÂTEAU « Il y a vieillir et il y a vieillir »

Salle de la Boule d'Or

**Mardi 23 mai
de 9H30 à 17H**

**Stand d'information,
Animations, conférences
Entrée libre et gratuite,
Restauration sur place**





FORUM AIDANT

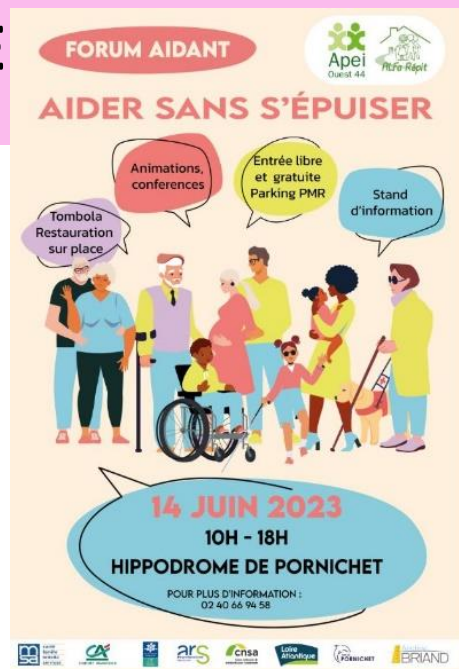
PORNICHET « Aider sans s'épuiser »

HIPPODROME

**Mercredi 14 Juin
de 10H à 18H**

Stand d'information,
Animations, conférences
Entrée libre et gratuite,
Restauration sur place

En partenariat avec



Réunion d'information

BESNE SALLE MULTI FONCTION-Chemin du stade



Mardi 20 Juin 10h00 à 12h00 Le CESU comment ça marche
14h30 à 16h00 Atelier prévention « arnaques à domicile »

En partenariat avec **PARTICULIER - EMPLOYEUR**

**Vous souhaitez nous rencontrer,
Prenez rendez-vous, nous vous recevrons à proximité
de chez vous**



02 40 66 94 58

contact@alfarepit.fr



Site internet : www.alfarepit.fr