

LETTRE D'INFORMATION

Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants

Mai 2022

Le Calendrier des Aidants

**Jeudi
5 mai**

Groupe de parole - Courbevoie

**Vendredi
6 mai**

Visioconférence « Bien cuisiner pour mieux vieillir »

**Lundi
9 mai**

Conférence « Bien chez soi » - Asnières-sur-Seine

**Jeudi
12 mai**

Atelier bien-être et relaxation – Bois-Colombes

**Vendredi
13 mai**

Café des Aidants - Colombes

**Samedi
14 mai**

Sortie «Promenade en Bateau Mouche »

**Lundi
16 mai**

Détente Café – Asnières-sur-Seine

**Jeudi
19 mai**

Bistrot Mémoire – Bois-Colombes

**Jeudi
9 juin**

Atelier bien-être et relaxation – Bois-Colombes

**Samedi
11 juin**

Sortie «Zoo de Vincennes »

**Jeudi
16 juin**

Bistrot Mémoire – Bois-Colombes

Nos prochaines activités

Les JEUDIS de 15h à 16h30

19 MAI

« Présentation sociale avec le CCAS »
Avec un intervenant du CCAS

16 JUIN

« Adapter son domicile »
Avec un intervenant ergothérapeute

*Bistrot Louis XV
bis, 31 Rue des Bourguignons,
92270 Bois-Colombes*

Bistrot Mémoire à Bois-Colombes

En partenariat avec le CCAS de Bois-Colombes, notre psychologue accueille les aidants, avec ou sans leurs proches aidés, pour échanger en convivialité sur des thèmes variés. D'autres professionnels pourront intervenir en fonction de la thématique proposée.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **07.72.45.07.15** ou psy.ssiad.camelias@fondation-aulagnier.fr

Les VENDREDIS de 15h à 16h30

13 MAI

“ Une histoire d'aide, une histoire de famille ”

17 JUIN

“ Cette maladie, je n'arrive pas à l'accepter ”

*Maison des Associations,
4 Place Général Leclerc à Colombes*

Café des Aidants à Colombes

En collaboration avec le CLIC de Colombes, nous proposons aux aidants un lieu de rencontre et d'échange autour d'un café. Des thèmes variés sont proposés par les professionnels du CLIC animant le groupe.

Inscriptions

Auprès du CLIC de Colombes au **01.47.60.43.54** ou **01.47.60.43.55**

Les SAMEDIS de
10h à 12h

18 JUIN

“ Atelier créatif pour tous ”
Avec une art-thérapeute

*Accueil de Jour les Camélias,
15-17 Rue Maurice Pelletier,
À Bois-Colombes*

Activités partagées

Nous vous invitons à participer aux activités partagées, pensées pour le binôme aidant-aidé.

Ces activités ont pour objectif de vous offrir du temps de qualité avec votre proche, dans une activité thérapeutique ou de loisir, encadrée par un professionnel.

Ces activités sont entièrement financées par la Plateforme.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **06.48.52.02.38** ou responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Ateliers en groupe
un JEUDI par mois
de 18 à 19h30 le :

12 MAI

9 JUIN

+ 3 Séances individuelles
en fonction de vos
disponibilités

*Accueil de Jour les Camélias,
15-17 Rue Maurice Pelletier,
À Bois-Colombes*

Bien-être et relaxation pour les aidants

Notre Plateforme finance des ateliers de sophrologie en groupe une fois par mois à destination des aidants, ainsi que 3 séances de sophrologie en individuel par an par aidant.

La Sophrologie est une méthode alliant relaxation du corps et de l'esprit. A l'aide d'exercices simples et doux, et d'un instant de détente grâce à la visualisation, l'atelier vous offrira un temps pour vous, une bulle de bien-être et d'apaisement.

Vous repartirez avec la connaissance des outils expérimentés en séance, à réutiliser dans votre quotidien quand vous en ressentirez le besoin.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **06.48.52.02.38**
ou responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Sorties les
SAMEDI après-midi :

14 MAI

« Promenade en
Bateau Mouche »

11 JUIN

« Zoo de Vincennes »

16 JUILLET

« Château de
Chantilly »

Des sorties pour votre proche, du répit pour vous !

En partenariat avec l'ESA SAPA, nous vous proposons des **sorties culturelles et de loisir pour votre proche**, pendant que vous avez du temps pour vous.

Ces sorties auront lieu une fois par mois, généralement le samedi, en demi-journée ou journée. Un système de transport est prévu pour accompagner votre proche au lieu de RDV. Des accompagnants assureront le bon déroulement de la sortie.

Cette prestation est entièrement financée par la Conférence des Financeurs du 92 et organisée par la Plateforme.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **06.48.52.02.38** ou responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Le nombre de places est limité, veuillez inscrire votre proche dès que possible et à minima 15 jours avant la date de sortie.

Les aidants peuvent également s'inscrire à la sortie ! La participation dépendra du nombre de places disponibles.

Les activités de nos partenaires

Les LUNDIS de 14h30 à 16h30

16 MAI

“ Séjour vacances avec mon proche aidé, c'est encore possible”

*Au CCAS, 14 rue des Parisiens
à Asnières-sur-Seine*

Détente Café à Asnières-sur-Seine

Le CLIC et la Mission Handicap d'Asnières-sur-Seine proposent une rencontre pour les aidants, autour d'un café, pour aborder des thèmes différents.

Inscriptions

Auprès du CLIC d'Asnières-sur-Seine au **01.41.11.17.70** ou par e-mail à ccas-clic@mairieasnieres.fr

Le VENDREDI
6 MAI à 14h

« Bien cuisiner pour mieux vieillir »

Le LUNDI
9 MAI à 14h

« Bien chez soi »

Les conférences du CLIC d'Asnières-sur-Seine

Le CLIC d'Asnières sur Seine vous propose deux conférences à destination des aidants :

Bien cuisiner pour mieux vieillir
(visioconférence)

Bien chez soi
(au CCAS d'Asnières-sur-Seine, au 14 rue des Parisiens, 3^{ème} étage)
En partenariat avec le PRIF et SOLIHA, Prévention Retraite IDF et Solidaires pour l'Habitat

Inscriptions

Auprès du CLIC d'Asnières-sur-Seine au **01.41.11.17.70** ou par e-mail à ccas-clic@mairieasnieres.fr

Les JEUDIS
de 14h30 à 16h30

5 MAI

*A l'Espace Gaultier
73 rue Gaultier à
Courbevoie*

Groupe de parole à Courbevoie

France Alzheimer propose un groupe de parole pour les aidants, animé par une psychologue et un bénévole. Dans ce groupe, les participants peuvent aborder leurs propres problématiques et les mettre en lien avec les thèmes abordés.

Inscriptions

Auprès de France Alzheimer au **06.03.00.18.23** ou par e-mail à alixdechaumont@hotmail.com

Les ressources des aidants

Préparez vos vacances en toute sérénité

Être en vacances et avoir du temps pour soi est nécessaire en tant qu'aidant, mais parfois difficile à mettre en place ou à coordonner avec l'accompagnement quotidien de votre proche.

La Plateforme peut vous accompagner dans l'organisation de vos vacances : vous informer sur les lieux de vacances adaptés, vous orienter vers différents dispositifs existants, vous conseiller, vous soutenir financièrement pour la mise en place de différentes solutions de répit... N'hésitez donc pas à nous solliciter au sujet de vos vacances, **nous sommes là pour vous accompagner !**

En particulier, cette année **nous vous proposons un financement** pour ces solutions de répit :

Pendant toute l'année :

- **Le Club Solemnes** : nous finançons la moitié du tarif d'accueil à la demi-journée, journée ou nuit en EHPAD jusqu'à 500€ par aidant. Pour rappel, voici les tarifs :
 - Demi-journée : 25€ (12,5€ avec le financement de la Plateforme)
 - Journée : 40€ (20€ avec le financement de la Plateforme)
 - Nuit : 80€ (40€ avec le financement de la Plateforme)
 - Journée+ Nuit, soit 24h : 100€ (50€ avec le financement de la Plateforme).

Pendant les périodes de vacances : du 1^{er} juin au 30 septembre, et du 15 décembre au 15 janvier

- **25h supplémentaires de gardes de répit** à domicile (en plus des 96h habituelles)
OU
- **Le financement de la moitié du tarif et jusqu'à 500€** pour un séjour en **Hébergement Temporaire** ou un accueil au **Club Solemnes**

Ces solutions de répit ont besoin d'un délai permettant le bon déroulement de l'accompagnement. Contactez-nous suffisamment en avance afin de préparer au mieux vos vacances.

CONTACTEZ-NOUS

01 47 81 90 11

Responsable

Alicia GARZON HEREDIA

06 48 52 02 38 - responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Psychologue

Claire GOGNIAT

07 72 45 07 15 - psy.ssiad.camelias@fondation-aulagnier.fr