

LETTRE D'INFORMATION

Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants

Octobre 2021

6 Octobre, Journée Nationale des Aidants !

Mercredi 6 octobre est la 12^{ème} édition de la **Journée Nationale des Aidants**.

Vous êtes entre près de **11 millions aidants** à accompagner un proche au quotidien.

Soit **1 Français sur 6**.

Pour votre présence, aide et soutien au quotidien de vos proches,

nous vous disons un grand **MERCI !**

Le Calendrier des Aidants

**Mercredi
6 octobre**

Marche pour les Aidants - Colombes

Atelier découverte Bien-Être - Colombes

**Vendredi
8 octobre**

Café des Aidants - Colombes

**Samedi
9 octobre**

Atelier partagée « Happy Thérapie » - Bois-Co

Samedi 9 octobre	Formation pour les Aidants - Asnières
Jeudi 14 octobre	Bistrot Mémoire – Bois-Co
Lundi 18 octobre	Détente Café - Asnières
Jeudi 28 octobre	Atelier partagé « Soirée gourmande » - Bois-Co
Vendredi 5 novembre	Café des Aidants - Colombes
Mardi 8 novembre	Formation pour les Aidants - Courbevoie
Jeudi 18 novembre	Bistrot Mémoire – Bois-Co

Nos prochaines activités

Les JEUDIS de 15h à 16h30

14 OCTOBRE

“Projet de vie du proche aidé”

18 NOVEMBRE

“Être accompagné dans les démarches”

*Au CCAS De Bois-Colombes
79 Rue Charles Duflos,
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 **06.48.52.02.38**

Les VENDREDIS de 15h à 16h30

8 OCTOBRE

“ Comment éviter l'isolement social ? ”

5 NOVEMBRE

“ Accueillir mes émotions, vivre le moment présent ”

*Maison des Associations,
4 Place Général 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**

SAMEDI 9 OCTOBRE de

10h à 12h

“Happy-thérapie”

Sophrologie, yoga du rire et danse-thérapie

JEUDI 28 OCTOBRE de

17h à 19h

“Soirée gourmande”

Atelier-débat autour de la cuisine

*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.

Habituellement, les activités sont proposées un samedi par mois. Exceptionnellement, nous proposons une activité en soirée le 28 octobre.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **06.48.52.02.38**

Prochain cycle à partir du 18 octobre

Visite des musées

Grâce à notre partenariat avec ARTZ, les aidants peuvent profiter d'un temps de répit pendant que leur proche malade participe à des visites des musées. Si les aidants le souhaitent, ils peuvent également participer à ces visites.

En fonction de l'évolution de la crise sanitaire (Covid-19), les visites des musées pourront être remplacées par des visites virtuelles (en ligne). Un bénévole se déplace à domicile pour accompagner la personne dans la découverte des œuvres d'art.

Inscriptions

Auprès de notre Plateforme au **01.47.81.90.11** ou **06.48.52.02.38**

Les activités de nos partenaires

Lundi 18 OCTOBRE

“ Les sujets tabous dans la relation d'aide ”

Le lieu de rencontre sera communiqué au moment de l'inscription

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

ASNIERES-SUR-SEINE

Les SAMEDIS de 10h à 12h

9 et 16 OCTOBRE

13, 20 et 27 NOVEMBRE

4 DECEMBRE

COURBEVOIE

Les MARDIS après-midi

8, 16, 23 et 30 NOVEMBRE

7 DECEMBRE

Formation pour les Aidants par France Alzheimer

France Alzheimer propose une formation gratuite pour les aidants accompagnant une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Animée par une psychologue et un bénévole de l'association, la formation se déroule sur plusieurs sessions dont l'objectif est d'apporter des réponses au plus près des réalités vécues par les participants.

Les horaires

Inscriptions

Auprès de France Alzheimer au **06 03 00 18 23** ou par e-mail à alixdechaumont@hotmail.com

Journée nationale des Aidants à Colombes

Le CLIC de Colombes prévoit différentes activités gratuites pour célébrer la Journée Nationale des Aidants :

Marche pour les Aidants

Être aidant et prendre soin de sa santé, c'est possible ? Le CLIC vous propose de prendre ce temps de marche pour souffler, s'offrir un moment de calme et de balade dans la ville de Colombes.

Atelier découverte Bien-Être pour les aidants

Après-midi de découverte de la méditation, de la sophrologie, de la danse-thérapie et du yoga du rire avec une intervenante formée à ces pratiques. L'occasion de connaître de nouvelles méthodes pour prendre soin de soi lorsqu'on est aidant.

Inscriptions

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

Mercredi
6 OCTOBRE

De 10h à 12h

*RDV au CLIC,
36 Rue du Maréchal Joffre
à Colombes*

De 14h30 à 17h

*Le lieu de RDV sera
communiqué après
inscription*

Les rencontres conviviales : artistiques et culturelles

L'association Culture & Hôpital propose pour les aidants (seuls ou avec leurs proches aidés) un programme d'activités présentielle autour de la culture et de l'art.

DUCA Balades : Sorties et ateliers au musée pour les binômes aidant/aidé

DUCA Hebdomadaires : Ateliers artistiques et culturels adaptés pour les binômes aidant/aidé

Pour préserver le lien avec votre proche et stimuler ses capacités dans un cadre adapté.

→ **Musique/Danse** : Pour les personnes atteintes de maladie d'Alzheimer **avec un aidant**. Les lundis de 10h30-12h30 au Conservatoire de Paris 14^{ème}, encadré par des musiciens et danseuses.

→ **Théâtre/Expression** : Pour les personnes atteintes de maladie d'Alzheimer **avec un aidant**. Les mardis de 10h35-12h au Centre Mix'âges (Paris 15^{ème}), encadré par un comédien.

→ **Danse/Relaxation** : Pour les personnes atteintes de maladie de Parkinson **avec/sans aidant**. Les vendredis de 10h30-11h30 à Paris 20^{ème}, encadré par une art-thérapeute.

→ **Visites Architecture et Rues de Paris** : Pour les personnes atteintes de maladie de Parkinson **avec/sans aidant**. Un mardi matin par mois.

Les Bulles de Bonheur pour les Aidants : Sorties au musée 1 vendredi matin par mois + Sorties le soir au Théâtre ou au Concert.

Inscriptions

Auprès de Culture & Hôpital au **01.82.09.37.68** ou **accompagnement@culturehopital.org**

Les Ressources pour les Aidants

Le Droit au Répit des Aidants

Le rôle d'aidant et son droit au répit est reconnu par la première fois en 2016 grâce à la loi relative à l'adaptation du vieillissement à la société. Cette loi définit l'aidant comme un proche entretenant des liens étroits et stables (conjoint, enfant, ami...), aidant au quotidien une personne âgée vulnérable.

Le droit au répit reconnu par cette loi concerne les **aidants de personnes âgées touchant l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie et ayant consommé tout son plan d'aides**. Il s'agit d'une enveloppe de **506,71€** par an, ou **992€** en cas d'hospitalisation du proche aidant.

Avec cette enveloppe **vous pouvez financer des aides supplémentaires à domicile ou en structure** : des aides à domicile, des journées d'Accueil de Jour, une partie du séjour en Hébergement Temporaire, etc. **Vous pouvez les utiliser pour vous absenter** (vacances, convalescence) ou **pour avoir du temps pour vous** lorsque vous ressentez le besoin.

Pour les obtenir, vous devez faire une **demande auprès de l'évaluateur APA** s'occupant du dossier de votre proche. Généralement, **le Département rembourse les frais avancés par l'aidant** sollicitant les aides, après l'envoi des factures acquittées.

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

Ergothérapeute - Gardes de répit

Gwenael OLIVIERO

07 72 45 40 94 - ergo.diapason92.camelias@fondation-aulagnier.fr