

LETTRE D'INFORMATION POUR LES AIDANTS

Les Camélias

Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants

Asnières, Bois Colombes, Colombes, Courbevoie

MARS 2023

Le calendrier des Aidants

03 mars	Atelier « bien-être et relaxation » Groupe de sophrologie pour les aidants	Colombes Maison des associations, 4 place du général Leclerc
8 mars	Café « Entre Nous » « Quel répit pour l'aidant ? »	Bois-Colombes Espace Duflos-79, rue Charles-Duflos
15 mars	Café-Parents Ciné-débat : le rôle de l'aidant familial, le droit au répit	Bois-Colombes Espace Duflos -79, rue Charles-Duflos
17 mars	Café des Aidants « Stimuler sa mémoire »	Colombes Maison des associations, 4 place du général Leclerc
20 mars	Détente Café « Et s'il était temps de mettre en place une mesure de protection juridique ? »	Asnières sur seine CCAS, 14 rue des Parisiens
23 mars	Atelier « bien-être et relaxation » Groupe de sophrologie pour les aidants	Courbevoie Accueil de jour la Buissonnière 43, rue Henri Regnault
24 mars	Atelier « bien-être et relaxation » Groupe de sophrologie pour les aidants	Bois Colombes Accueil de jour les Camélias 15 rue Maurice Pelletier
25 mars	Activité partagée - atelier cuisine « pâques »	Courbevoie Résidence GER'HOME 123 rue Jules Lefèvre
31 mars	Café des Aidants exceptionnel dans le cadre de la Journée internationale des femmes « La charge mentale des aidantes »	Colombes Maison des associations, 4 place du général Leclerc

Pour plus d'informations et vous inscrire, rdv aux pages suivantes.

Et toujours :

Ecoute, conseil,
formation,
orientation

Soutien
Psychologique

Solutions de répit

Nos prochaines actions :

Atelier pour les aidants

Atelier « bien-être et relaxation »

Action soutenue par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des Hauts-de-Seine

Notre sophrologue partenaire vous accueille pour une séance de détente à l'aide d'exercices simples et doux. 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.

Colombes, à la Maison des Associations, 4 place du général Leclerc

➤ 3 mars 2023 de 16h30 à 18H

Inscriptions : auprès du CLIC de Colombes au **01 47 60 43 54 ou 55** ; clic@mairie-colombes.fr

Bois-Colombes, Accueil de jour les Camélias, 15 rue Maurice Pelletier

➤ 24 mars 2023 de 18H à 19H30

Inscription : **06 86 00 70 24 (par sms uniquement)** ; sophrologue.aurore@gmail.com

Courbevoie : Accueil de jour la Buissonnière ; 43, rue Henri Regnault

➤ 23 mars 2023 de 17h30 à 19h

Inscription : **06 86 00 70 24 (par sms uniquement)** ; sophrologue.aurore@gmail.com

Activité Partagée

Atelier Cuisine pour les aidés et les aidants.

Action soutenue par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des Hauts-de-Seine

Pensées pour le binôme aidant-aidé, ces activités vous offrent un temps de qualité avec votre proche dans une activité thérapeutique ou de loisir, encadrée par un professionnel **Silver Fourchette**. Au programme : réalisation de recettes gourmandes ; conseils nutritionnels par une diététicienne, Dégustation !

Courbevoie : Résidence GER'HOME 123 rue Jules Lefèvre

➤ 25 mars de 10h à 12h

Inscription obligatoire : **06.82.91.48.53** auprès madame Tania SOARES ; accueildejour.gerhome@lna-sante.com

Groupe de Parole Rencontre inter-aidants

Café « entre nous » - Partenaire : CCAS de Bois-Colombes

Notre psychologue accueille les aidants de personnes âgées, 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.

Bois-Colombes, Espace Duflos 79, rue Charles-Duflos 92270 Bois-Colombes

➤ Mercredi 8 mars de 14h à 16h ; thème « Vous êtes aidant et aimeriez comprendre les difficultés de votre proche »

Inscription conseillée : **PARA, 07 72 45 07 15** ; psy.ssiad.camelias@fondation-aulagnier.fr

CCAS, Coordination gérontologique : **01 41 19 83 47** ; ccas@bois-colombes.com

**Groupe de
Parole
Rencontre
inter-
aidants**

Café des Aidants - Partenaire : CLIC de Colombes

Les professionnels du CLIC accueillent les aidants de personnes malades, en situation de handicap ou dépendantes du fait de l'âge autour d'un café. Venez échanger votre expérience avec d'autres aidants dans un espace convivial.

Colombes ; Maison des associations 4 place du général Leclerc

- Vendredi 17 mars 2023 de 15H à 16H30
- Vendredi 31 mars 2023 de 15h à 16H30

Inscription conseillée auprès du CLIC de Colombes : 01 47 60 43 54 ou clic@mairie-colombes.fr

Les actions de nos partenaires :

Groupes de parole et rencontre pour les aidants

Détente Café

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.

Au CCAS d'Asnières sur Seine, 14 rue des Parisiens

le lundi 20 mars de 14h à 16h

Thématique : « Et s'il était temps de mettre en place une mesure de protection juridique ? »

Inscriptions : CLIC au 01.41.11.17.70 ou Mission Handicap au 01.41.11.16.79

Café-Parents

Le Centre Communal d'Action Sociale de Bois Colombes vous propose un lieu convivial d'accueil et d'accompagnement des parents d'enfants en situation de handicap : rencontre, échanges, débats.

Au CCAS de Bois Colombes - Espace Duflos - 79, rue Charles-Duflos

Le mercredi 15 mars de 14h30 à 16h30 :

Thématique : Ciné-débat : le rôle de l'aidant familial, le droit au répit (intervention du collectif je t'aide).

Inscriptions : 01 41 19 83 05 / ccas@bois-colombes.com

A noter que les cafés-parents sont réservés aux bois colombiens.

Prestations à venir

ARTZ le musée vient à vous : votre proche à besoin de stimuler sa mémoire ?

Des visites aux musées en présentiel ou en ligne seront proposées à partir de fin mars par notre partenaire ARTZ.

Un(e) accompagnant formé(e) sera mobilisé pour accompagner votre proche au musée ou pour se rendre à domicile et pour participer avec votre proche à une visite.

Ces visites ont lieu tous les 15 jours pendant 2 mois de mars à avril et de mai à juin. Les aidants pourront profiter d'un temps de répit pendant que leur proche participe à ses visites.

Inscriptions : 01.47.81.90.11 ou 06.48.52.02.38 ou par mail : responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Attention nombre de places limitées

Contactez-nous !

Bureau de la plateforme :

01 47 81 90 11

Doris RIOS
Responsable - coordinatrice

06 48 58 02 38

responsable.oasis.camelias@fondation-aulagnier.fr

Claire GOGNIAT
Psychologue Clinicienne

07 72 45 07 15

psy.ssiad.camelias@fondation-aulagnier.fr

Gwenael OLIVIERO
Chargée du répit - ergothérapeute

07 72 45 40 94

[ergo.diapason92.camelias@fondation-aulagnier](mailto:ergo.diapason92.camelias@fondation-aulagnier.fr)