

LETTRE D'INFORMATION

Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants « les Camélias »

Asnières, Bois Colombes, Colombes et Courbevoie

Juillet
Août
Septembre
2024

Le calendrier des Aidants

Groupes de parole			
Activités -Actions	Date/horaires	où	Modalités d'inscription
Groupes de paroles « happy visio »	Vendredi 5 juillet Vendredi 19 juillet Vendredi 30 août à 15h30	En visio-conférence	01 76 28 40 84 Par mail contact@happyvisio.com Via le site internet : https://www.happyvisio.com
Café des aidants <i>La bienveillance, c'est quoi ?</i>	Vendredi 20 septembre 15h00 à 16h30	Maison des associations 4 place du G. Leclerc Colombes	Entrée libre Inscription conseillée 01 47 60 43 54 clic@mairie-colombes.fr
Détente café <i>Ma santé, j'en prends soin</i>	Lundi 23 septembre 14h00 à 16h00	CCAS 14 rue des Parisiens Asnières-sur-Seine	Réservé aux aidants d'Asnières Inscription obligatoire 01 41 11 17 70
Activités de bien être			
Activités -Actions	Date/horaires	où	Modalités d'inscription
Atelier de Sophrologie	Vendredi 26 juillet 17h30 à 19h00 Vendredi 23 août 17h30 à 19h00	Fondation Aulagnier 28/30 rue Auguste Bailly Asnières-sur-Seine	Inscription obligatoire 06 48 52 02 38 para@fondation-aulagnier.fr
Espace entre'aidants Atelier Aromathérapie Seul(e) ou avec votre proche	Jeudi 26 septembre 15h00 à 17h00	Espace Duflos-CCAS 79 rue Charles Duflos Bois-Colombes	Inscription obligatoire 06 48 52 02 38 01 47 81 90 11 para@fondation-aulagnier.fr

Le forfait temps libre (mise en place de gardes de répit à domicile)

Destiné aux aidants qui souhaitent ou qui ont besoin de prendre du temps pour eux. Notre plateforme propose un forfait de 96h/an de temps libéré allant de quelques heures à 4 jours consécutifs (tarif de 6€/h).

NB : si vous souhaitez organiser cette prestation en août, merci de faire votre demande avant le 29/07/24

07 72 45 40 94
06 48 52 02 38
para@fondation-aulagnier.fr

Et toujours : Une écoute, des conseils, du soutien psychologique

Par téléphone
A domicile
En visio

Sur RDV, du lundi au vendredi de 9h00 à 17h
06 48 52 02 38
01 47 81 90 11
para@fondation-aulagnier.fr

Toutes les actions et activités proposées sont gratuites et sur inscription sauf pour le forfait temps libre (6€ /h)

Les activités à venir à destination des aidants



Atelier de bien-être et relaxation :

Une séance par mois à compter de septembre 2024 à avril 2025, Notre sophrologue partenaire vous accueillera 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.



Atelier écriture créative :

Une séance par mois d'octobre 2024 à mars 2025
Au cours de cet atelier vous découvrirez les actions bienfaitantes/bénéfiques de l'écriture « inspirée du haïku » sur l'état physique et psychologique.
L'écriture créative est un mode d'expression, un voyage intérieur. Elle libère la pensée elle permet de développer sa créativité, de stimuler sa mémoire et de favoriser un mieux-être ...



Atelier entraide : une séance par mois de novembre 2024 à mars 2025.

Il s'agit d'un accompagnement personnalisé sous la forme d'ateliers avec le même groupe. L'animation menée par un coach de l'association Nouveau Souffle s'inspire des techniques du « co-développement » : le principe consiste à travailler tour à tour sur chacune des situations des participants.

Ce format permet des accompagnements personnalisés et riches.

ARTZ

ARTZ « le musée vient à vous » : avec notre partenaire ARTZ nous proposons des visites aux musées nationaux de Paris en présentiel ou en ligne pour votre proche aidé. Un(e) accompagnant formé(e) sera mobilisé(e) 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, reprise à compter de septembre. Les aidants pourront profiter d'un temps de répit pendant que leur proche participe à ses visites.

Pour plus d'informations et/ou vous inscrire, n'hésitez pas à nous contacter !



Doris RIOS Responsable - coordinatrice	06 48 52 02 38
Claire GOGNIAT Psychologue Clinicienne	01 47 81 90 11
Gwenael OLIVIERO Chargée du répit ergothérapeute	07 72 45 40 94



para@fondation-aulagnier.fr

Nous vous souhaitons un bel été à toutes et à tous !