



Relais des aidants

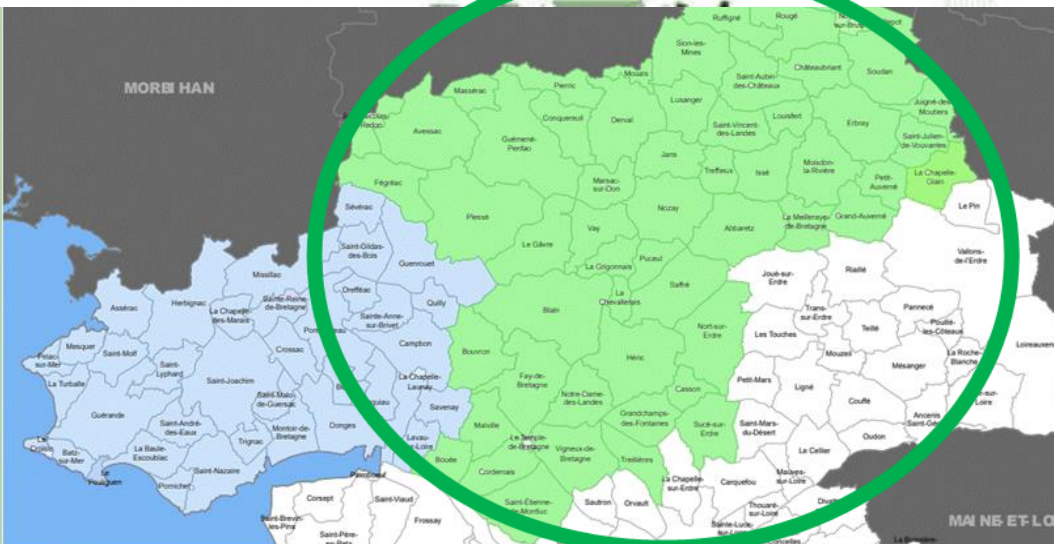
Pour vous accompagner
au quotidien auprès
de votre proche.



O
C
T
O
B
R
E

A

D
E
C
E
M
B
R
E



2023
SECTEUR
EST





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.

BLAIN Médiathèque le puit du chat – passage Sophie Scholl

3^{ème} jeudi du mois 14H30-16H30	19 octobre : La maladie d'Alzheimer vue à travers le cinéma et les romans
	16 novembre : Etre un aidant en bonne santé
	21 décembre : Prendre soin de la relation en cuisinant

VAY Salle Léon Chiron – 12 route de plessé

1^{er} mercredi du mois 14H30-16H30	4 octobre : La culpabilité
	<i>1^{er} novembre (férié)</i>
	6 décembre : petits remèdes entre aidants

CINE DEBAT

Autour de la
Journée des
aidants

NOZAY - Cinéma le Nozec – 10 rue de la Gare

Ciné Débat « Quand tu seras grand » - 2 octobre de 15h à 18h

CHATEAUBRIANT- Cinéma Emeraude – 21 rue de la Vernisserie

Ciné Débat « La promesse de l'aidant » - 6 octobre de 15h à 18h



COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

MIEUX COMPRENDRE LA MALADIE D'ALZHEIMER

CHATEAUBRIANT – Lieu à définir

Les jeudis de 14H30 à 16H30	19 octobre :	Comprendre la maladie
	26 octobre :	Troubles cognitifs
	2 novembre :	Troubles psychologiques et comportementaux
	9 novembre :	Activités de la vie quotidienne
	16 novembre :	Activités complexes
	23 novembre :	Aides possibles/Vie sociale
	7 décembre	Se préserver et identifier ses limites

MIEUX COMPRENDRE LA MALADIE DE PARKINSON

SAINT-NICOLAS DE REDON – Espace P. Etrillard – 14 rue de Tabago (à l'étage)

Les vendredis de 14H30 à 17H00	10 novembre :	Comprendre la maladie
	17 novembre :	Troubles de la parole et de la déglutition
	24 novembre :	Parkinson et motricité
	1 ^{er} décembre :	L'aménagement du domicile
	8 décembre :	Vécu du malade et de ses proches
	15 décembre :	Ressources et limites de l'aidant



SE RESSOURCER, PRENDRE SOIN DE SOI Pour continuer à prendre soin de l'autre

EMOTIONS ET RESSOURCES BIEN ETRE

Identifiez vos **émotions** face aux difficultés du quotidien « il m'énerve », « il m'envahit », « je suis en colère » ... et découvrez des **outils pour mieux les gérer**.

GUEMENE PENFAO - Antenne itinérante – Place de l'Eglise

4^{ème} vendredi du mois
de 9H00 à 12H30

27 octobre
24 novembre
22 décembre

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE – SUR RENDEZ-VOUS

Apaiser les tensions par des techniques de digito pression

ANTENNE ITINERANTE DU RELAIS DES AIDANTS Espace ressources dédié aux proches aidants



Vous aidez un proche, nous venons vers vous !

Rencontres, informations sur les formes d'accompagnement proposées aux proches aidants de personnes atteintes de maladies neuro évolutives.

Retrouvez les lieux et dates sur notre site internet

Renseignements :
02.40.66.94.58

NOZAY - Cinéma le Nozec – 10 rue de la Gare

Permanence – 2 octobre de 14h à 15h

ABBARETZ- Antenne Itinérante – lieu à définir

Permanence – 4 octobre de 14h à 16h30



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

**Dates à venir : 1 séjour au
printemps et 1 séjour en
septembre**

**475€ / couple
Tout compris**

RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Une rencontre est prévue par mois. Elles permettent des temps d'échange et de convivialité autour d'une activité ou d'une sortie en étant accompagné d'une professionnelle et d'un bénévole.

Lundi 9 octobre : Promenade à l'étang de Gruellau à Treffieux RV à 14h30



Vendredi 10 novembre : Bowling à Chateaubriant RV à 14h30



Mercredi 13 décembre loto à Vay RV à 14h30



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,...

VAY

Maison Boulo – 1 rue Principale

Lundi / Mercredi

13h30 à 17h30

DERVAL

Salle municipale 1A – Place du Bon Accueil

Vendredi

13h30 à 17h30

Inscription et renseignements au
02.40.66.94.58

Tarif : 13€50- forfait après-midi



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

GROUPES D'ÉCHANGES

REDON	Dernier vendredi du mois 02.99.71.21.21	
NORT SUR ERDRE	1^{er} jeudi du mois 02.28.02.25.45	
TREILLIERES	3^{ème} jeudi du mois 02.28.02.25.45	
CHATEAUBRIANT	1^{er} vendredi du mois 02.40.81.29.92	

PERMANENCE ISTF

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

CHATEAUBRIANT **Maison de la justice et du droit** **2^{ème} jeudi du mois**
14 rue des Vauzelles
02 28 50 44 41 **14h-17h**



THEATRE : Comme une ritournelle

SAINT NICOLAS DE REDON – Espace socio culturel Pierre Etrillard – 1 octobre 2023 – 15h

Touchée par la maladie d'Alzheimer, Jeanine perd peu à peu ses souvenirs. Mais dans les méandres de sa mémoire ressurgit un terrible secret.

Dans ce texte nous découvrons toute la difficulté pour la famille d'accompagner un proche qui se perd.

Réservez votre place

Comme une ritournelle
Une immersion drôle et émouvante dans la maladie d'Alzheimer

Écriture et mise en scène
Théâtre Aurélien Jumelais
Monologues de Claudine FOUCAULT

Dimanche 1er octobre 2023 - 15h00
Espace Socioculturel Pierre-Étrillard
Saint-Nicolas de Redon (44)
Entrée : 15€
Au profit de l'association AL'FA REPIT

Réervations
contact@enmemoiredeux.com
0670603371

**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

