

Se détendre, se rencontrer :

• Programme d'activités pour les aidants

Mardi 19 septembre
swingolf

Mardi 24 octobre
cinéma

Mardi 21 novembre
retrouvons-nous chez Feuillette pour évoquer
l'année passée et celle à venir

Mardi 19 décembre
repas de Noël

Renseignements et inscriptions au 02 47 25 91 16

• Programmes d'activités aidants-aidés

Jeudi 14 septembre
Zoo de Beauval

Mardi 10 octobre
parcours de santé au physioparc de St Cyr puis
goûter à la résidence autonomie

Vendredi 17 novembre
Touraine Primeur à Amboise

Mercredi 13 décembre
Repas de Noël

Renseignements et inscriptions au 02 47 25 91 16

Dans le cadre des activités de la Plateforme de Répit, des solutions d'accueil pour votre proche malade et des solutions de transport peuvent vous être proposées.

Bulles d'R, Plateforme de soutien et d'accompagnement des aidants de malades d'Alzheimer et troubles apparentés.

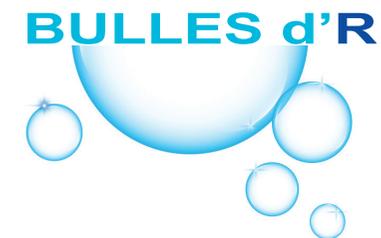
L'accompagnement quotidien d'une personne malade ou désorientée nécessite une grande disponibilité et génère souvent de la fatigue. La Plateforme de répit propose aux aidants des activités pour se ressourcer et prendre du temps pour soi. Par la variété des actions proposées et l'accompagnement soutenu des professionnels, ce programme doit vous permettre de trouver des réponses ajustées à vos besoins.

CONTACT :

un numéro unique
02 47 25 91 16



Mutualité Française Centre-Val de Loire, union territoriale soumise aux dispositions du livre III du code de la Mutualité immatriculée au répertoire Siren sous le n° SIREN 775.347.891



Programme
Plateforme de Répit
« Bulles d'R »

3^{ème} trimestre 2017



Etre écouté, soutenu, orienté



BISTROT MEMOIRE
TOURS

• Bistrot Mémoire de Tours

Animé par une psychologue, 1 mardi tous les 15 jours, de 15h à 17h au Relais d'Alsace, 48 rue Nationale, 37000 Tours

Reprise le mardi 5 septembre, planning à suivre.



BISTROT MEMOIRE
CHINON

• Bistrot Mémoire de Chinon

Animé par une psychologue, 1 mardi par mois, de 15h à 17h au Bistrot du Marché, 10 place Jeanne d'Arc, 37500 Chinon

Reprise le mardi 26 septembre, planning à suivre.

• Accompagnement des aidants

Par une équipe dédiée : écoute, conseils, orientation vers les dispositifs d'aide aux aidants

Toute l'année, au 02 47 25 91 16

S'informer, se former

• Formation des aidants

Vous souhaitez mieux comprendre la maladie, les différents troubles et symptômes ? Vous cherchez à mieux adapter vos attitudes et comportements face à la personne malade ?

- Plusieurs sessions de formation pour les aidants sont prévues, nous contacter pour les dates.

• Initiation à l'informatique

En partenariat avec les élèves des sections « aide à la personne » du lycée François Clouet.

Pour s'initier à l'informatique : créer une boîte mail et communiquer par messagerie, effectuer des démarches administratives, faire des recherches... Accompagnement personnalisé et à votre rythme !

• Conférences

En partenariat avec les résidences autonomies, les SSIAD personnes âgées, l'équipe mobile Alzheimer, et les relais Cajou de la Mutualité Française Centre-Val de Loire.

« **Directives anticipées et personne de confiance** », avec l'intervention de Jean-Bernard KACOU, juriste

Mardi 3 octobre, résidence autonomie « Au fil de la Nière », 14 rue de Joué, Chambray-lès-Tours

Mercredi 4 octobre, résidence autonomie « Les Fosses Boissées », 23 rue du Capitaine Lepage, Saint-Cyr-sur-Loire

Jeudi 12 octobre, résidence autonomie « Les Tuffeaux », 2 rue de la Genêserie, Montlouis-sur-Loire

Echanger, se préserver

• Journée Nationale des Aidants

Vendredi 6 octobre

En partenariat avec Agrica et Malakoff Médéric

La mobilisation lors de la JNA permet de mettre la lumière sur le rôle clé joué chaque jour en France par les 11 millions d'aidants et les acteurs engagés à leurs côtés.

Rejoignez-nous au Relais d'Alsace pour une marche ponctuée d'intermèdes (musique, conte, yoga du rire, et suivie d'un goûter. (Réservation conseillée, nombre de places limité.)

• Découverte de l'hypnose

Venez découvrir l'hypnose, une méthode complémentaire pour mieux gérer le stress !

Mercredi 25 octobre

de 14h30 à 16h

Relais Cajou de Ballan-Miré, 15 rue du Commerce.

