

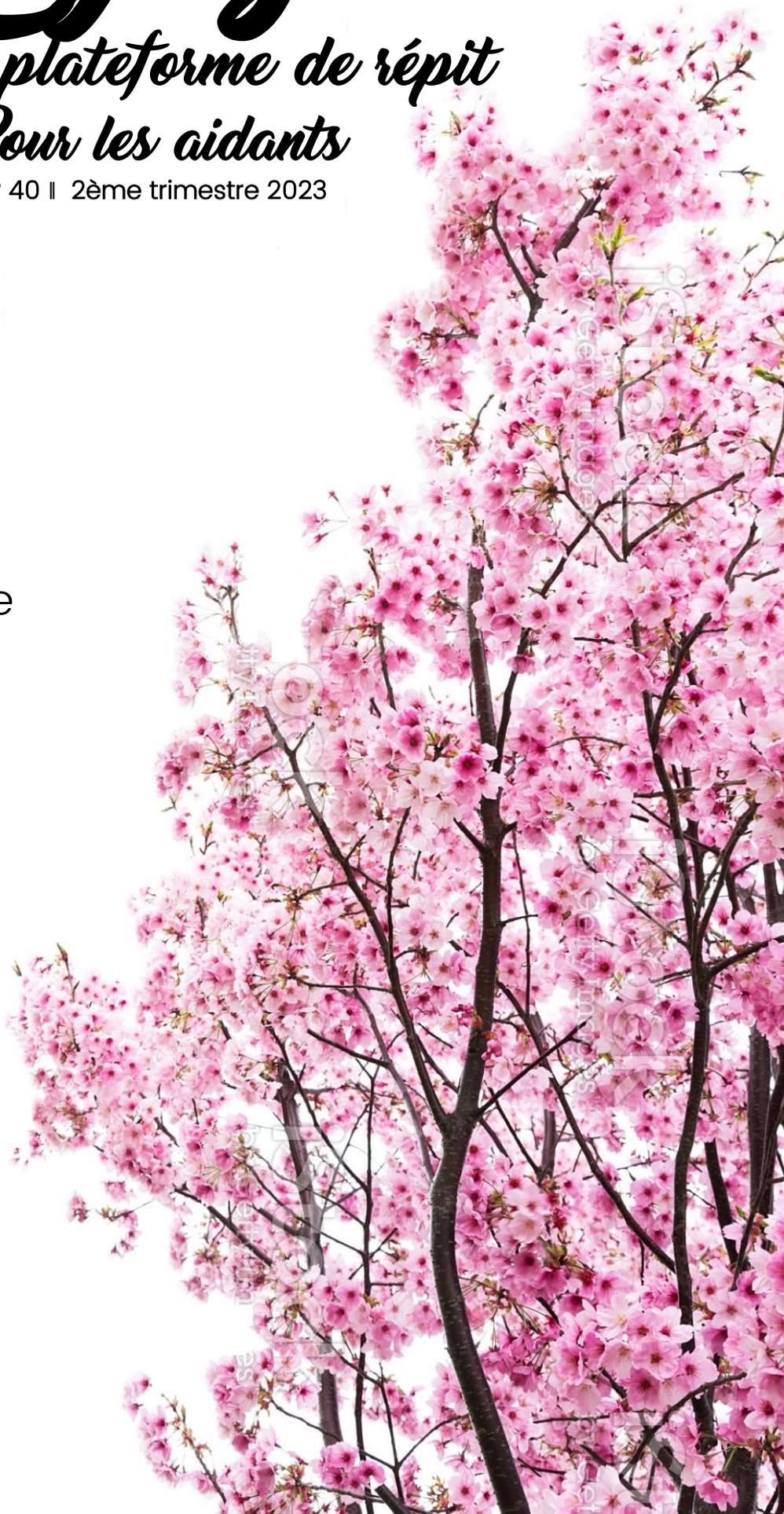
La gazette

de la plateforme de répit
Pour les aidants

N° 40 | 2ème trimestre 2023

Au sommaire

-  Nouvelle équipe
-  Le temps libéré
-  Infos pratiques
-  Halte répit
-  Agenda



L'édito de l'équipe



En ce début d'année la plateforme de répit connaît quelques changements.

Bienvenues à **Valentine Damblemont** notre nouvelle psychologue et **Cécile Matrat**, AES qui intervient au domicile pour assurer les heures de temps libéré.

Concernant les ateliers, une nouvelle halte répit a ouvert à Bouillargues le mardi après midi pour proposer des activités aux aidés et procurer du temps libre aux aidants.

Des nouveautés vous seront proposées dès le mois d'avril : vous pourrez les retrouver sur l'agenda sous les noms de « J'ai mon mot à dire ! » et « FEEL U ». Toutes les explications sont dans la rubrique Agenda.

Notre principale volonté reste avant tout de vous accompagner, vous soutenir et répondre à vos besoins VOUS AIDANT !

La plateforme de répit

Quésaco ?

C'est un dispositif gratuit qui permet d'accompagner, de soutenir, d'informer, d'orienter et de conseiller les aidants.

Concrètement ?

Nous allons au domicile des aidants afin de faire un bilan sur la situation et de trouver ensemble des solutions à court et moyen terme.

Aucun contrat ne nous lie avec l'aidant. Cela permet de laisser le temps à ce dernier de cheminer à son rythme.

Que proposons-nous ?

- ◆ Un soutien psychologique, écoute, psychoéducation...
- ◆ Des solutions de répit telles qu'un accueil de jour, halte répit, hébergement temporaire...
- ◆ Des informations et accompagnements sur les différentes aides...
- ◆ L'orientation vers d'autres partenaires plus à même d'accompagner l'aidant.
- ◆ Des activités pour se retrouver, créer du lien, s'entraider, passer du bon temps dans un environnement bien traitant et à l'écoute : Gi Gong, Musicothérapie, Relaxation, Sortie restaurant, des après-midis dansantes...

NOUS SOMMES LA POUR VOUS !

Info pratiques

Présentation Valentine Damblemont, psychologue

Bonjour à tous,

C'est avec un grand plaisir que je rejoins la grande famille d'Amaelles et plus particulièrement la plateforme de répit. Psychologue de formation, je serai présente au quotidien pour vous soutenir et vous accompagner.

De plus, je serai ravie de vous rencontrer lors des ateliers et sorties organisés. N'hésitez pas à me contacter par téléphone au 06.27.55.44.84 ou à me rencontrer sur place pour toute question ou demande de rendez-vous.

Bien à vous, Valentine

Le temps libéré

Dans notre numéro précédent, nous avons parlé du temps libéré et des nouvelles dispositions. Il est effectué par une seule et même personne : une AES (accompagnant éducatif et social) d'Amaelles Vivadom Cécile Matrat. Ainsi, nous évitons le changement d'intervenant et votre aidé peut bénéficier d'un accompagnement précis et personnalisé.

Un trimestre est passé et nous pouvons déjà faire un bilan positif de cette nouvelle prise en charge. Cette activité ne cesse de croître. Les aidants qui utilisent cette aide sont soulagés de pouvoir laisser à une seule et même intervenante leur proche. Malgré les difficultés rencontrées chez les aidants (épuisement, isolement...) nous proposons une solution qui ne résout pas tous les besoins mais qui les soulage grandement.

Nous sommes à votre disposition pour mettre en place le temps libéré à votre domicile.

Les halte répit

Depuis l'année 2022, la plateforme a mis en place quatre haltes répit sur les communes de Nîmes, Caissargues, Bouillargues et Caveirac.

La halte répit, Quesaco ?

C'est un lieu d'accueil qui propose des activités variées et adaptées aux personnes souffrant de troubles cognitifs. Ces après-midi sont animés par des équipes spécialisées (auxiliaire de vie et bénévole France Alzheimer).



Leur but ?

Permettre un temps de repos aux aidants et stimuler les personnes aidées en favorisant le lien social.

Comment s'organiser ?

La halte répit est entièrement **gratuite** grâce au co-financement de la CFPPA et de Malakoff Humanis.

Créneaux disponibles ?

Caissargues : lundi de 14h à 17h

Bouillargues : mardi de 14h à 17h

Nîmes : jeudi de 14h à 17h

Caveirac : jeudi de 14h à 17h

Pour en bénéficier, il suffit de nous contacter au 04 48 06 01 14 pour inscrire votre proche (un entretien préalable sera réalisé).

Agenda

Toutes nos activités sont proposées avec des objectifs précis :

- Recréer du lien ;
- Partager des expériences .
- Prendre conscience de ses capacités .
- Reprendre goût à la vie.

Ces activités sont pour la plupart thérapeutiques, elles aident à équilibrer l'esprit, calmer le mental, améliorer le sommeil et votre santé.

Nous vous invitons à participer à tous ces ateliers qui restent gratuits grâce aux appels à projets que nous présentons chaque année .

Nous continuons dans la joie et la bonne humeur au bistrot des jardins avec des après midi dansants, des tournois de jeux de société.

Ce trimestre, deux nouvelles activités vous sont proposées : « *J'ai mon mot à dire !* » est un espace de parole, d'écoute et de partage d'expérience pour les aidants. Nous mettons également en place « *Feel U* », proposant des immersions culturelles (voyage à travers le monde, grande ville), des activités insolites (saut en parachute, deltaplane), etc. grâce à un casque de réalité virtuelle. Cet atelier est réalisé en toute sécurité en notre présence.

Si vous avez des suggestions concernant de nouvelles activités, nous sommes à votre écoute, n'hésitez pas à nous en parler !

Comme d'accoutumée, les activités sont gratuites avec inscription obligatoire (04 48 06 01 14).

Nous pouvons vous proposer d'assurer votre transport pour certaines activités.

Les activités vous sont proposées gratuitement car elles sont financées par la CFFPA du Gard.

(Une participation de 5€ sera demandée pour le déjeuner restaurant).



	AVRIL	MAI	JUIN
J'ai mon mot à dire ! <i>14h30 – 16h30</i>	MARDI 25	MARDI 23	MARDI 27
QI GONG <i>14h30</i>	JEUDI 6 JEUDI 20	JEUDI 11 JEUDI 25	JEUDI 22
RESTAURANT <i>12h30</i>	JEUDI 13 VENDREDI 21	MARDI 17	MERCREDI 21
BIEN-ÊTRE			
RELAXATION		Mardi 16	Jeudi 15
MUSIC CARE		Mardi 30	Jeudi 29
FEEL U			
BISTROT DES JARDINS <i>14H30</i>			
Après-midi dansantes	JEUDI 20	VENDREDI 12	
Tournoi jeux de société	MERCREDI 12		
Gouters		VENDREDI 5	

PLATEFORME DE REPIT DES AIDANTS

Amaelles—Vivadom

Vous accompagnez un proche souffrant de maladie neurodégénérative (Maladie d'Alzheimer ou apparentée, Maladie de Parkinson, sclérose en plaque...),
Vous **êtes aidant** et vous pouvez avoir **besoin de conseils et de soutien** faire face.

La plateforme de répit est là pour vous accompagner.

Des professionnelles (infirmière et psychologue)

vous proposent :

**Ecoute, soutien, conseils, informations, orientation,
accompagnement personnalisé, activités collectives...**

Ne restez pas seul, contactez nous

Plateforme de répit Vivadom, les jardins d'Aloïs

840 rue Roger Bertreux, 30900 Nîmes

Dispositif **gratuit** d'écoute et de soutien pour les aidants, financé par
l'Agence régionale de santé Occitanie.



Le groupe Amaelles—Vivadom

Vivadom—Amaelles vous accompagne à domicile avec l'ensemble de ses services : équipe spécialisée Alzheimer, accueil de jour, aide et soins à domicile, entretien du logement, livraison de repas, courses, jardinage, télé-assistance ...

Tous ces services vous permettent de rester chez vous dans de bonnes conditions, le plus longtemps possible.

