

N°22- NOVEMBRE 2022

MAISON DES AIDANTS EN COMBRAILLES

UNE PUBLICATION DE LA PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE
REPIT DES COMBRAILLES

Pour se rencontrer :

Accueil à notre local :
Maison des Aidants en
Combrailles
2 Place du 8 mai 1945
63390 Saint Gervais
d'Auvergne

Sur rendez-vous :
Tel. 07.50.65.60.72
Mail : repit@combrailles.com



RENCONTRER D'AUTRES AIDANTS

MAIS POUR QUOI FAIRE ?

A la Maison des Aidants en Combrailles, sont souvent proposés des temps de rencontre entre proches aidants. Programmés l'après-midi, voire en soirée avec l'apparition des apéros quiz pour cette fin d'année, ils sont organisés sur différents secteurs du territoire pour aller au plus près de chacun de vous. Quels sont les objectifs de ces rencontres ? Pourquoi il est intéressant, en tant que proche aidant de participer ? Qu'allez-vous trouver dans cet espace d'échange ? Quelques réponses dans l'article consacré de ce mois ci.

Bonne lecture.



GROUPES D'ÉCHANGE ENTRE AIDANTS

QUELLE UTILITÉ ?

Au fil des rencontres avec les aidants, nous entendons très souvent les remarques suivantes :

"Les gens ne comprennent pas vraiment ce que je vis à la maison"

"Mes voisins me disent : mais pourquoi as-tu autant d'aides à la maison ? Il va très bien ton mari !"

"Je ne veux pas embêter mes enfants avec le quotidien, je préfère ne pas parler des troubles de leur maman qui deviennent de plus en plus lourds pour moi"

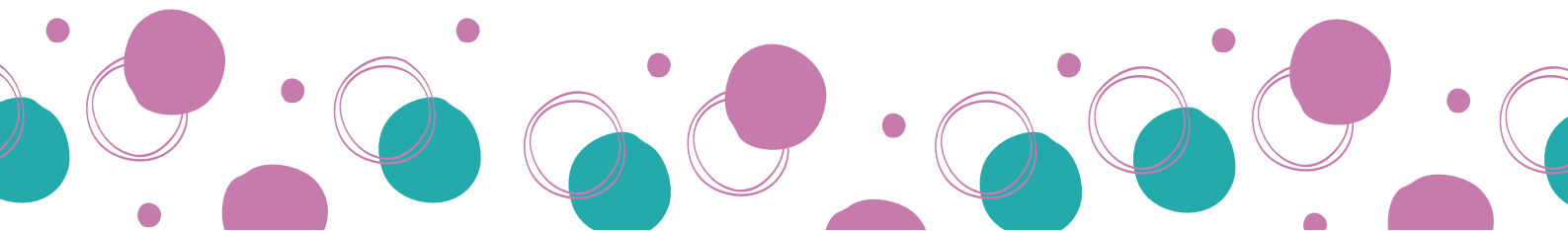
"Mon frère n'est pas souvent là, il ne se rend pas compte de la façon dont cela se passe avec mon papa, il voit ça de loin, il me dit que j'invente, je crois aussi qu'il ne veut pas savoir"

Nous connaissons le poids d'un quotidien avec une personne malade, mais les gens extérieurs à la situation ont du mal à se rendre vraiment compte de l'impact que peuvent avoir les manifestations d'une pathologie, sur la personne malade, sur l'aidant et sur la vie de tous les jours : inquiétude constante, sollicitations incessantes et diverses, solitude et isolement ...

Les groupes d'aidants offrent un espace de soutien et d'écoute avec d'autres personnes vivant les mêmes problématiques dans leur quotidien, pour échanger avec ceux qui comprennent les difficultés rencontrées. Accompagnés par un professionnel, ils permettent de répondre à des questions sur l'évolution de la maladie, sur les dispositifs qui existent, sur l'accompagnement de l'aidant. Ces échanges permettent aussi aux participants de se libérer de la charge émotionnelle, d'apaiser et de relativiser les situations vécues.

Bref, des points positifs et le moyen aussi de créer des liens. De plus, il est possible de bénéficier d'heures de prise en charge à domicile ; financées en partie par la plateforme ; pour permettre à l'aidant de s'absenter sans laisser seule la personne dont il s'occupe.

Retrouvez le planning des groupes d'échange à la rubrique "Rendez-vous du mois"



LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

INSCRIPTIONS AU 07-50-65-60-72

APÉRO-QUIZ : Aidant, aidant, est-ce que j'ai une tête d'aidant ?

Une rencontre conviviale pour aidants curieux.

A Manzat le mercredi 2 novembre à 18 heures.

A saint Eloy le mardi 15 novembre à 18 heures.

A Bourg Lastic le mardi 29 novembre à 18 heures.



Gratuit - inscription obligatoire.

Ateliers aidés par secteur

Accueil des personnes aidées au sein d'un groupe d'activités, jeux, discussions, activité physique adaptée, relaxation, etc ...

Gratuit - Transport possible - Durée de l'atelier 2 heures

GIAT : lundi 14 et 28 novembre à 14 heures

LOUBEYRAT : lundi 7 et 21 novembre à 14 heures

CHAPDES BEAUFORT : Jeudi 17 novembre à 14 heures

COMBRONDE : jeudi 10 et 24 novembre à 14 heures

MONTAIGUT : mardi 8 et 29 novembre à 14 heures

Attention, en raison d'un nombre de place limité, il est conseillé d'attendre notre appel pour vous positionner sur les dates concernant la participation de la personne que vous accompagnez (si cette dernière est inscrite habituellement).

Sortie à la journée le mardi 15 novembre

Succès de la dernière journée surprise avec bowling et repas à la Tente Berbère, alors, nouvelle journée surprise à venir ...

Partir sans savoir où l'on va, sans savoir ce que l'on va faire, découvrir, manger.... C'est ce que vous propose l'équipe de la plateforme pour ce mois de novembre avec cette journée surprise.... Se laisser aller, se laisser porter, vous êtes prêts ?



Sortie destinée aux aidants, accompagnés ou pas de leur proche malade.

Transport assuré - Horaires selon ramassage - Places limitées.

Tarif : 10 € par personne - Inscription obligatoire.

LES DISPOSITIFS DU MOMENT

Des réponses adaptées, inscription au 07-50-65-60-72

- **Accompagnement** de la personne aidée au domicile pendant l'**absence de l'aidant** - Possibilité de relais plusieurs heures de suite - 7 € de l'heure -
 - Ateliers individuels d'**activités personnalisées, adaptées et stimulantes** au profit des personnes aidées - gratuit - à domicile
 - Ateliers d'**activités** en **collectif** par secteurs pour les personnes accompagnées - gratuit
 - Séances de **massage-détente à domicile** - aidants et/ou aidés - si besoin activités proposées à la personne aidée lors du massage de l'aidant - 1 heure - 5 €
 - Ateliers **informatique** pour les aidants - gratuit - à domicile
 - Accompagnement **psychologique individualisé, conseils pratiques**, informations sur la **maladie, les aides, les services**
 - Des **ressources** : bibliothèque, ludothèque, brochures spécialisées, tablettes numériques adaptées. Le prêt est gratuit, la PFAR vous propose également un accompagnement à l'utilisation.
- L'ensemble des dispositifs et rendez-vous mensuels s'effectuent dans le respect des gestes barrières.**