# PROGRAMME

## Juillet à septembre 2025

# LE RELAIS DES AIDANTS

## Secteur Nord Loire

**02 40 66 94 58**

**contact@alfarepit.fr**

**Site internet : www.alfarepit.fr**

# 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.

## VAY **Salle Léon Chiron** – 1 rue principale

| | | |
|---|---|---|
| **1er mercredi du mois 14H30-16H30** | 3 septembre - | Quand et comment passer le relais |

## BLAIN **Médiathèque Le puit du chat** – passage Sophie Scholl

| | | |
|---|---|---|
| **3ème jeudi du mois 14H30-16H30** | 18 septembre - | Les manifestations du stress chez l'aidant |

## CHÂTEAUBRIANT **Salle d'activité du Foyer restaurant** – 9 Esplanade des Terrasses

| | | |
|---|---|---|
| **4ème jeudi du mois 14H-16H** | 25 septembre - | Les manifestations du stress chez l'aidant |

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

## ATELIERS BIEN ETRE

Découverte de la réflexologie et automassage (apporter un plaid)

**CHÂTEAUBRIANT** – Centre Socio Culturel – 19 rue Jacquard

**Les jeudis**
**14h30 à 15h30**

- 4 septembre
- 18 septembre

**VAY - Salle Léon Chiron** – 1 rue principale

**Les lundis**
**14h30 à 15h30**

- 8 septembre
- 22 septembre

## ATELIERS PAPOTAGE

Un rendez-vous ouvert à tous. Venez échanger tout simplement autour d'un verre, d'un café ou d'un thé pour partager un moment convivial entre aidants.

**VAY** - **Salle Léon Chiron** – 1 rue principale

**Les mercredis**
**14h30 à 16h30**

- 2 juillet
- 6 août

**BLAIN devant le restaurant Le Surcouf** – 6 quai Surcouf

**Les jeudis**
**14h30 à 16h30**

- 17 juillet
- 21 août

**CHATEAUBRIANT** - Salle d'activité du Foyer restaurant – 9 Esplanade des Terrasses

**Le jeudi**
**14h à 16h**

- 28 août

# COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

## OUTILS CONCRETS

### Prévention et droits sur le matériel médical avec Top Santé

**VAY - Salle Léon Chiron** – 1 rue principale

**Mercredi**
**14H30 à 16H30**

- 10 septembre

## PERMANENCES DU RELAIS DES AIDANTS

**Espace ressources dédié aux proches aidants**

**Vous aidez un proche, nous venons vers vous !**

*Rencontres, informations, écoute proposés aux proches aidants.*

***SEPTEMBRE : " MES DEFIS ET MES BESOINS D'AIDANTS"***

**NOZAY** – *Parking SSR*
**14h30 à 16h30**
**Lundi 8**

**SOUDAN** – *Devant la mairie*
**9h30 à 11h30**
**Jeudi 11**

**NORT-SUR-ERDRE** – *Marché*
**9h30 à 11h30**
**Vendredi 12**

**CHÂTEAUBRIANT** – *Parking SSR*
**14h30 à 16h30**
**Lundi 15**

**VIGNEUX DE BRETAGNE** – *Étang du Choizeau*
**14h30 à 16h30**
**Lundi 22**

**ST VINCENT DES LANDES** – *Parking des forges*
**9h30 à 11h30**
**Vendredi 26**

Renseignements :
02.40.66.94.58

# 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 à des espaces spécifiques (aidants et aidés) et des moments partagés.

**SAINT MOLF Maison Rivage –** Kerguenec

**2 séjours par an**

**8 au 12 septembre 2025**
**30 mars au 4 avril 2026**

## RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Un moment partagé avec son proche : promenade, animation

***RIEUX :*** **Jeudi 17 juillet**
**RV à 12h** aire de pique-nique 10 rue du château
Grillades et jeux d'extérieur
(15 euros/couple)

***CHATEAUBRIANT : Vendredi 25 juillet***
***RDV à 14h30***
Mini-golf et promenade aux étangs de Choisel
RDV parking des étangs à 14h15
(4€ par couple)

***LA BAULE : Vendredi 25 juillet***
***RDV à 15h30***
Balade en Bateau
(Gratuit)

***GUENROUET*** : **Mardi 26 août**
**RDV à 10h30**
Concert et pique-nique
RDV à l'Ecluse de Melneuf à Guenrouet
(15€ par couple)

***LA BAULE*** : **Jeudi 11 septembre**
RDV à 14h30
Cueillette des fraises

***LE POULIGUEN*** : **Vendredi 19 septembre**
**RDV à 12h au Pouliguen (lieu à définir)**
Pique-nique (à apporter) et balade
RDV à 10h30 parking de l'école St Yves à Vay
(15€/couple pour ceux qui utilisent le transport sinon 4€/couple)

**Toutes nos activités sont sur inscription**
**au 02.40.66.94.58**

# NOS OFFRES DE RÉPIT

**Solution de répit destinée aux aidants qui accompagnent un proche à leur domicile**

## REPIT A DOMICILE

Renseignements au :
02.40.66.94.58

### Répit DOM

*En partenariat avec l'ADAR*

De 2h à 5h/jour
20h sur l'année

### Pause répit

*Avec 1 professionnel d'ALFa Répit*

De 1h à 8h/jour
Jusqu'à 5 fois/trimestre

**Tarif** : de 13€90 forfait après-midi

## HALTE REPIT

**Inscription et renseignements : 02.40.66.94.58**

*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** | **14 rue de la Garlais** |
| | **Vendredi :** 13h30 à 17h30 |
| **ERBRAY** | **28 rue du rocher** |
| | **Jeudi :** 13h30 à 17h30 |

# 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**
Lundi, mardi, mercredi et jeudi de 9h à 12h30 et 13h30 à 17h

## PERMANENCE ISTF

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

**CHATEAUBRIANT** **Maison de la justice et du droit**
14 rue des Vauzelles
02 28 50 44 41

**2ème jeudi du mois**
**14h-17h**

**Vous souhaitez nous rencontrer,**
**Prenez rendez-vous, nous vous recevrons proche de chez vous**

**02 40 66 94 58**
contact@alfarepit.fr
**Site internet : www.alfarepit.fr**