



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	17 avril	Le deuil blanc
	15 mai	La famille comme soutien
	19 juin	L'agressivité dans la maladie

VAY Salle Léon Chiron – 1 rue principale

1^{er} mercredi du mois 14H30-16H30	2 avril	Prendre soin de soi tout en prenant soin de l'autre
	7 mai	Les secrets et non-dits
	4 juin	Les relations avec les professionnels dans ma vie d'aidant

CHÂTEAUBRIANT Salle d'activité du Foyer restaurant – 9 Esplanade des terrasses

4^{ème} jeudi du mois 14H30-16H30	24 avril	Le deuil blanc
	22 mai	La famille comme soutien
	26 juin	L'agressivité dans la maladie



SE RESSOURCER, PRENDRE SOIN DE SOI

Pour continuer à prendre soin de l'autre



SOPHROLOGIE

4 ateliers pour apprendre à mieux respirer, décharger les tensions, s'offrir un moment de ressourcement immédiat, remise en mouvement du corps avec douceur.

ST NICOLAS DE REDON – Salle périscolaire au RDC -

Espace socio-culture pierre Etrillard- Rue Tabago

Les mardis de
14h30 à 15h30

- Avril : 8 et 22
- Mai : 20
- Juin : 10

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Apaiser les tensions par des techniques de digito pression

VAY – Espace Léon Chiron – 12 route de Plessé

Les lundis
13h45 ou 15h

- 14 avril
- 12 mai
- 2 juin

2 créneaux
horaires
disponibles

Sur RDV

SUCE SUR ERDRE – Le Quai des possibles – Place Jean Monnet

Mardi
13h45 et 15h

- 6 mai

Jedi
13h45 et 15h

- 5 juin





COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER



LA MALADIE D'ALZHEIMER ET APPARENTÉES

DERVAL - salle attenante à France Service – 14 rue de La Garlais

Les vendredis
14H30 à 16H30

- 4 avril : *Comprendre la maladie*
- 11 avril : *Les troubles cognitifs*
- 25 avril : *Les troubles psycho-comportementaux*
- 2 mai : *Les activités de la vie quotidienne*
- 9 mai : *Les activités complexes*
- 16 mai : *Les aides /vie sociale*
- 23 mai : *Les limites de l'aidant*



LA MALADIE D'ALZHEIMER ET APPARENTÉES

VAY – Espace Léon Chiron- 12 route de Plessé

Les mercredis
14H30 à 16H30

- 30 avril : *Comprendre la maladie*
- 14 mai : *Les troubles cognitifs*
- 21 mai : *Les troubles psycho-comportementaux*
- 28 mai : *Les activités de la vie quotidienne*
- 11 juin : *Les activités complexes*
- 18 juin : *Les aides /vie sociale*
- 25 juin : *Les limites de l'aidant*



LA MALADIE D'ALZHEIMER ET APPARENTÉES

ST NICOLAS DE REDON – Salle périscolaire au RDC-

Espace socio-culture pierre Etrillard- Rue Tabago

Les lundis
14H30 à 16H30

- 12 mai : *Comprendre la maladie*
- 19 mai : *Les troubles cognitifs*
- 26 mai : *Les troubles psycho-comportementaux*
- 2 juin : *Les activités de la vie quotidienne*
- 16 juin : *Les activités complexes*
- 23 juin : *Les aides /vie sociale*
- 30 juin : *Les limites de l'aidant*



PERMANENCES DU RELAIS DES AIDANTS

Toutes nos activités sont sur inscription au
02 40 66 94 58



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.*

CHÂTEAUBRIANT – Parking du CH

14h à 16h

Lundi 28 avril

Lundi 19 mai

Lundi 2 et 30 juin

GUÉMENÉ PENFAO – Marché

9h30 à 11h30

Vendredi 16 mai

Vendredi 13 juin

NORT-SUR-ERDRE – Marché

9h30 à 11h30

Vendredi 4 avril

Vendredi 6 juin

NOZAY – Parking du CH

14h à 16h

Lundi 14 avril

Lundi 12 mai

Lundi 16 juin

SAFFRÉ – Marché

15h à 17h

Vendredi 16 mai

Vendredi 13 juin

SOUDAN – Devant la mairie

9h30 à 11h30

Jeudi 15 mai

Jeudi 12 juin

ST VINCENT DES LANDES – Parking des
forges

9h30 à 11h30

Vendredi 25 avril

Vendredi 20 juin

VIGNEUX DE BRETAGNE – Étang du choizeau

14h à 16h

Lundi 26 mai

Lundi 23 juin

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

31 mars au 4 avril 2025
15 au 19 septembre 2025

RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Un moment partagé avec son proche : promenade, animation

LA TURBALLE : jeudi 24 avril

RDV à 14h30

Promenade à la Pointe de Pen Bron

Parking de Pen Bron

(5€/couple)



PORNICHET : Jeudi 22 mai

RDV à 14h30

Après-midi Karaoqué

Halte répit de Pornichet

(5€/couple)



LA BAULE : Jeudi 19 juin

RDV 14h30

Cueillette de fraises

Burban Producteur

(5€/couple)



NOZAY : Vendredi 18 avril

RDV à 14h30

Sortie aux étangs de loisirs de Nozay

Rdv Parking de l'étang

(2€/couple)



DERVAL : Lundi 26 mai

RDV à 14h30

Soins aux animaux et fabrication du beurre à la Ferme de la Garlais

Rdv Parking 14h15

(20€/couple)



TREFFIEUX : Jeudi 26 juin

RDV 14h30

Après-midi à Gruellau

Balade en petit train et goûter

Rdv Parking

(7€/couple)



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

<h3>Répit DOM</h3> <p><i>En partenariat avec l'ADAR</i></p> <p>De 2h à 5h/jour 20h sur l'année</p>	<h3>Pause répit</h3> <p><i>Avec 1 professionnel d'ALFa Répit</i></p> <p>De 1h à 8h/jour Jusqu'à 5 fois/trimestre</p>
--	--

<p>Tarif : de 13€60 forfait après-midi</p>	<h2>HALTE REPIT</h2> <p>Inscription et renseignements : 02.40.66.94.58 <i>Sur réservation selon les places disponibles</i></p>
<p>Un lieu d'acc Activités occ</p> 	<p>Occasionnel et souple pour les personnes majeures malades et/ou en situation de handicap présentant ou non des troubles cognitifs Jeux de société, de mémoire, activités artistiques et créatrices, motrices,...</p>
<h3>VAY</h3>	<p>Maison Boulo-1 rue principale</p> <p>Lundi/Mercredi : 13h30 à 17h30</p> 
<h3>DERVAL</h3>	<p>14 rue de la Garlais</p> <p>Vendredi : 13h30 à 17h30</p> 
<h3>ERBRAY</h3>	<p>28 rue du rocher</p> <p>Jeudi : 13h30 à 17h30</p> 



RELAYAGE À 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



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 2ème jeudi du mois
14 rue des Vauzelles 14h-17h
02 28 50 44 41

Assemblée Générale Ordinaire

Jacqueline LE BAIL, Présidente et le Conseil d'Administration ont le plaisir de vous inviter à l'Assemblée Générale ordinaire de l'Association ALFa Répît, moment d'informations, de partage et de convivialité

Samedi 26 avril 2023

14h00

Salle « Des petits Moulins » Route de Guenrouët

SAINT GILDAS DES BOIS

(Début Assemblée à 14h30)



L'Assemblée Générale sera suivie d'un moment convivial autour d'un verre de l'amitié !



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

