



# L'AGENDA DU MOIS

**Pour toutes les rencontres/ateliers/sorties :  
gratuit, transport possible, sauf indication contraire  
Inscription obligatoire au 07-50-65-60-72**

## La parole aux aidants

**Lundi 3 février - 14 h 15 - Montaigut en Combrailles - Mairie**

**Proches aidants  
Personnes malades**

La Plateforme d'Accompagnement et de Répit propose une rencontre ouverte aux proches aidants. L'occasion de s'exprimer sur le quotidien, son vécu d'aidant, et aussi d'avoir des informations sur les dispositifs existants, l'accompagnement administratif ou encore la gestion des troubles dus à la maladie.

## Repas au restaurant et atelier poterie en modelage

**Mardi 11 février - 12 h - Pontaumur**

**Proche aidant  
accompagné ou non de  
la personne malade**



Rendez-vous à midi au restaurant le Bistro des Combrailles pour un repas partagé.

Suivi d'un atelier poterie en modelage avec "Art Terre Eau Création"

**25 € par personne**

## Atelier adapté autour de la danse

**Lundi 10 février à 14 heures - Saint Gervais d'Auvergne**

**Personnes malades**



En compagnie de Geneviève, ergothérapeute, pour un moment de lâcher prise, d'activité physique et de plaisir.

## Ateliers d'activités adaptées par secteur

Personnes malades

Accueil des personnes malades au sein d'un groupe d'activités, jeux, discussions, activité physique adaptée, relaxation, sorties, visites, etc

**LOUBEYRAT : jeudi 13 février sur la journée - 20 €**

**GIAT : lundi 17 février à 14 heures**

**YOUX : Lundi 3 février à 14 heures**

**LAPEYROUSE : mercredi 5 et 26 février à 14 heures**

**PONTGIBAUD : jeudi 6 février à 14 heures**



## NOUVEAU – ATELIER A LA JOURNÉE

Pour pouvoir proposer aux proches aidants des temps de répit plus longs, nous organisons une journée entière de répit pendant laquelle les personnes malades pourront profiter d'animations et de stimulations. Cette journée est organisée conjointement avec l'Ehpad de Loubeyrat.

**Jeudi 13 février 2025**

**De 10 h 30 à 16 h 30**

**Ehpad de Loubeyrat**

**Atelier motricité, repas, temps de repos, animation musicale**

**Transport possible**

**Places limitées**

**20 € par personne**

## REPAS CONCERT



Belle rencontre de début d'année pour les proches aidants et les personnes accompagnées. Une vingtaine de personnes sont venues profiter de la raclette, la galette et le concert avec Laurent et Ivan. Au programme, échanges, gourmandises, chansons et danses. Une belle journée toute en simplicité.

# VOS BESOINS, NOS SOLUTIONS

**Absence de l'aidant** : accompagnement de la personne malade au domicile- Possibilité de relais plusieurs heures de suite - 7 € de l'heure

**Nous sommes contraints à partir de mars 2024, suite à des demandes trop nombreuses au vu du budget alloué, d'attribuer des heures de répit seulement en cas d'absence de l'aidant pour rendez-vous médical.**

**Stimulation, socialisation personnes malades** : ateliers d'activités en collectif par secteurs ; ludothèque, prêt gratuit de jeux, de tablettes numériques adaptées et accompagnement à l'utilisation pour le proche aidant ou les intervenants à domicile.

**Détente, bien-être** : séances de massage-détente et de soins détente à domicile pour les proches aidants et les personnes malades - 8 € la séance ; sorties, visites, balades.

**Écoute, échanges** : accompagnement psychologique individualisé, groupes entre aidants, visites à domicile.

**Conseils pratiques** : informations sur la maladie, les aides, les services à domicile du territoire, conseils administratifs, formation informatique.

**Informations, formations** : bibliothèque, brochures spécialisées. Le prêt est gratuit.



## Vos interlocutrices

**Marie-Ange Nénot**  
Coordinatrice

**Anne Sophie Sibille**  
Assistante de soins

Pour se rencontrer :

Accueil à notre local :  
Maison des Aidants en Combrailles  
6 rue Mercière  
63390 Saint Gervais d'Auvergne

Sur rendez-vous au local ou à domicile :

**Tel. 07.50.65.60.72**

**Mail : [repit@combrailles.com](mailto:repit@combrailles.com)**