

La plateforme de répit
et d'accompagnement

Un soutien à votre domicile :

s'adresse à l'entourage familial, s'occupant d'une personne âgée à domicile, souffrant de troubles de la mémoire et/ou en perte d'autonomie sur les cantons de **Douarnenez**, **Pont-Croix** et des communes du **Porzay**.

Ses objectifs :

Offrir du temps libéré aux aidants. Ecouter, soutenir et informer le couple aidant-aidé. Participer à la conservation des capacités de la personne âgée.

Ses missions :

- **présences à domicile :** sur rendez-vous auprès de la personne âgée, en remplacement de l'aidant, sur des durées et des fréquences personnalisées
- **temps de convivialité :** sorties, goûters
- **entretiens individuels :** soutien psychologique, temps d'information des aidants familiaux

Comment la solliciter ?

Sur demande directe de la personne aidante et /ou de la personne âgée souffrante.

Salle Polyvalente
place du 8 mai 1945
Esquibien (derrière la mairie)



Contacts :

Plateforme de Répit et d'Accompagnement :

☎ 06 80 11 82 85

Association mémoires vagabondes :

- ☎ Nadine Lecoursonnais : 06 64 40 07 59
- ☎ Anne Marie Fressard : 02 98 74 01 72
- ☎ Armelle Diquelou : 06 73 36 41 45
- ☎ Alain Liébot : 02 98 74 21 41
- ☎ Jean-Yves Guinard : 02 98 74 16 84
- ☎ Patrick Basset : 06 81 44 23 05



Plateforme de répit
et d'accompagnement



Les Lundis du Cap

2018

Lieu d'écoute, d'échanges,
d'information et de détente pour
les personnes souffrant de troubles
de la mémoire, et pour les proches
qui les entourent au quotidien

Venez nous rejoindre, poussez la
porte,
Vous serez toujours bien accueillis,
dans l'anonymat et la
confidentialité

Vous vivez au quotidien des difficultés de mémorisation liées ou non à une maladie diagnostiquée,

Vous accompagnez un proche dans cette situation

Vous souhaitez partager un moment de convivialité et d'échange,

Alors n'hésitez pas à pousser la porte !

Et venez partager un café aux rencontres du lundi !

Vous y trouverez :

- des **mots simples** pour mieux comprendre les difficultés
- des **échanges** pour partager nos expériences
- de la **convivialité** pour ne pas s'enfermer dans la solitude, pour dialoguer autour d'un thème choisi ensemble, pour mieux lutter sans se sentir seul face aux problèmes du quotidien
- des **informations** sur des sujets décidés ensemble
- des **exercices** pour entraîner sa logique, son raisonnement et sa mémoire
- des **sorties**, des **goûters**, des **repas** préparés ensemble dans la bonne humeur et en **chansons**

Un lundi par mois rejoignez-nous à la salle polyvalente d'Esquibien

Septembre à Octobre 2018 14 H 30—16 H 30

Dates	Thèmes	Intervenants
Lundi 3 Septembre	Pêcheur au grand large	Joel Perrot
Lundi 1 ^{er} Octobre	Arts créatifs et groupes d'échanges entre aidants	Aurélie, Jean-Yves, Anne-Marie, Armelle

Novembre à Décembre 2018 14 H 30—16 H 30

Dates	Thèmes	Intervenants
Lundi 12 Novembre	Comment parler de la maladie à un proche	Aurélie Dorval Psychologue
Lundi 10 Décembre	Au fond des yeux	Dr Garaud



Lundi 17 décembre 2018
Repas de fin d'année par
l'association des Mémoires
Vagabondes et
la Plateforme de Répit

