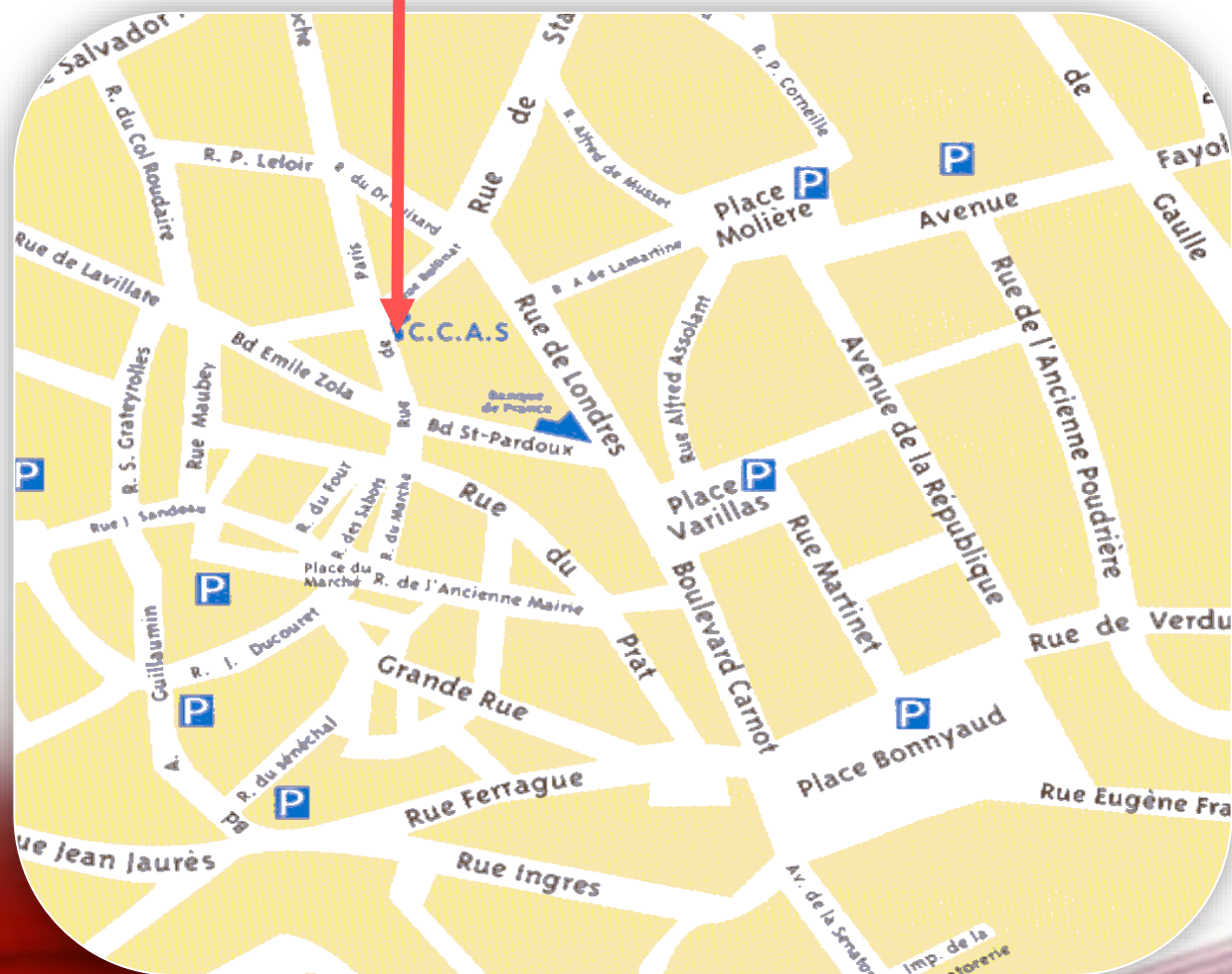


« la Pause des Aidants »

5 Rue de Paris
23000 GUERET



Horaires d'ouverture :
Du Lundi au Vendredi
de 8h à 12h
de 13h30 à 17h



« la Pause des Aidants »



5 rue de Paris

23000 GUERET

☎ 05.55.41.46.40

✉ lapausedesaidants23@orange.fr

Je suis un proche aidant d'une personne âgée et/ou d'une personne adulte en situation de handicap.

Je ressens le besoin d'être écouté(e) et soutenu(e) , de prendre du temps pour moi, de rencontrer d'autres aidants.

Le P'tit Déj des Aidants : un moment convivial autour d'un petit déjeuner et animé par une psychologue et un travailleur social. Les séances à thèmes vous permettront de rencontrer d'autres aidants et de comprendre des notions psychologiques afin de mieux vivre votre quotidien.

La Rencontre des Aidants : 1 séance chaque mois pour partager votre expérience avec d'autres aidants. Des professionnels sont invités selon vos demandes.

Ecoute et soutien moral : des aidants bénévoles peuvent vous recevoir lors d'une permanence mensuelle.

Accueil Relais : D'une heure à une demi-journée, confiez-nous votre proche afin de vous permettre de prendre du temps pour vous (courses, rendez-vous divers, participer à nos ateliers ...)
Il est également possible d'organiser le déjeuner du midi.

- Divers ateliers vous sont proposés : (variables chaque année)
- ♦ Journée départementale des aidants (octobre)
 - ♦ Séances variées : vélo et jeux de mémoire, gym adaptée, loisirs créatifs, couture, jeux de société, ateliers sur le thème de la santé...



Certains ateliers sont également ouverts aux personnes de plus de 60 ans et résidant sur la Communauté d'Agglomération du Grand Guéret

Ateliers	Fréquence	Ouvert aux aidants du département	Ouvert aux personnes de plus de 60 ans et résidant sur la Communauté d'Agglomération du Grand Guéret
<u>P'tit Déj des aidants</u> <u>Guéret</u> <u>Boussac</u> <u>Felletin</u>	1 fois par mois 1 fois tous les 2 mois 1 fois tous les 2 mois	✓	✗
<u>La Rencontre des Aidants</u>	1 fois toutes les 3 semaines	✓	✗
<u>Permanence des aidants</u>	1 fois par mois	✓	✗
<u>Accueil relais</u>	Du lundi au vendredi	✓	✗
<u>Gym adaptée</u>	Tous les vendredis	✓	✓
<u>Loisirs créatifs</u>	1 à 2 fois par mois	✓	✓
<u>Couture</u>	1 fois par mois	✓	✓
<u>Vélo et jeux de mémoire</u>	Du lundi au vendredi	✓	✓
<u>Mercredi du jeu (jeux de société)</u>	1 fois par mois	✓	✓
<u>Divers ateliers</u>	Variables chaque année	✓	✓

N'hésitez pas à venir à
LA PAUSE DES AIDANTS
Notre équipe prendra le temps de vous écouter et vous proposera des activités en fonction de vos demandes