

AVRIL 2024



# Plateforme de Répit de Laon

## “ Au Rendez- Vous des Aidants ”

Au Rendez-Vous des Aidants ”

### INFORMATIONS

#### • Kiosque des Aidants

Mardi 2 Avril 2024 de 15h à 16h30  
à La Résidence Orpéa TERGNIER  
Avec Mme Fojzick ( *Clic de la Fère* )  
Mr Dieulle ( *Neuro Psychologue de l'Orpéa* ) et l'équipe de la Plateforme de répit

#### • Village Santé

Mardi 9 Avril au Palais des sports de LAON  
De 9h à 12h et de 14h à 17h

#### • Forum des séniors et des aidants

Mercredi 17 Avril de 9h30 à 17h  
Salle Polyvalente Henri CEDELLE  
02200 VENIZEL

### FORMATION

#### • “Connaitre les troubles pour mieux les comprendre”

Partie 1: Le mercredi 10 Avril 2024  
De 13h30 à 16h30

Partie 2: Le jeudi 11 Avril 2024  
De 13h30 à 16h30

### SOUTIEN

- Soutien Psychologique individuel sur RDV les mardis après-midi, mercredis et vendredis avec Tiffany (Psychologue)
- Soutien téléphonique
- Visites à domicile sur RDV sur tout le territoire “Aisne Centre”
- Accueil Libre : aidant seul ou aidant et aidé.

### MOMENTS DE REPIT

#### Atelier “Les petites mains”

Mardi 16 Avril 2024 de 14h à 16h  
avec Claudine (bénévole association Parents thèse)

#### Atelier “Bien vieillir avec un régime alimentaire, création de tartelettes sans gluten”

Jeudi 25 Avril 2024 de 13h30 à 16h30  
avec ADAPECO

### Activités Bien-être

#### Sophrologie (Damien)

Ce mois-ci uniquement à Laon (PFR)

- Jeudi 4 Avril 2024 14h
- Jeudi 18 Avril 2024 14h

#### Yoga du Rire

Mardi 9 Avril 2024 de 14h30

#### Gym Douce Assise

Mardi 23 Avril 2024 à 14h30

Nos activités sont gratuites, sur inscription au  
03.23.27.30.08. ou 07.85.66.69.12  
ou pfr.laon@gmail.com



SOUTENIR LES  
**AIDANTS**  
HAUTS-DE-FRANCE

**ars**  
Agence Régionale de Santé  
Hauts-de-France

**Répit à domicile  
de 10h à 12h ou de 14h à 16h**

**Renseignez- vous**

***Votre proche peut être accueilli sur place  
le temps de votre activité***

**Pour tout renseignement, n'hésitez pas à contacter  
l'équipe de la PFR, formée et spécialisée dans l'aide aux  
aidants :**

**Sophie : Coordinatrice**

**Tiffany : Psychologue Clinicienne**

**Pascale: Assistante de Soins en Gériatrie**



# Forum des Séniors et des Aidants



de 09h30 à 17h00

SALLE POLYVALENTE HENRI CEDELLE  
(PLACE DES SAULONS)

À VENIZEL

17 AVRIL 2024

Spectacle interactif  
de 14h30 à 16h30

Goûter offert  
à 16h30




Différents  
Stands  
pour les  
Séniors,  
et les  
Aidants




 **Accompagnement du  
vieillessement par les  
bailleurs sociaux**

 **Des solutions pour adapter  
son logement**

 **Des prestations de services  
pour le quotidien**

 **Accompagnement des  
Aidants dans les démarches  
des Séniors**

 **Le numérique à portée de  
tous**

 **Présence de professionnels  
de santé**

**Libre  
d'accès à  
toutes et  
tous**

Pour tout renseignement : [venizel2020@gmail.com](mailto:venizel2020@gmail.com)





VOUS, AIDANT, VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE ATELIER :  
**BIEN VIEILLIR AVEC UN  
RÉGIME ALIMENTAIRE**

**FORMATION GRATUITE**  
POUR LES PERSONNES S'OCCUPANT  
D'UN PROCHE DE 60 ANS OU +



**AU PROGRAMME**

**CRÉATION D'UNE TARTELETTE SANS GLUTEN**  
**JEUDI 25 AVRIL 2024 | 13H30 - 16H30**

"AU RENDEZ-VOUS DES AIDANTS", ROUTE DE LA FÈRE - 02200 LAON

 **INFORMATIONS ET PRÉINSCRIPTION AU 03.23.27.30.85**  
POSSIBILITÉ DE TRANSPORT GRATUIT. INFORMATIONS AU 06.26.59.48.98



UNE INITIATIVE DE LA PLATEFORME DE RÉPIT ET D'ACCOMPAGNEMENT DE LAON, EN PARTENARIAT AVEC ADAPECO  
ET AVEC LE SOUTIEN FINANCIER DE LA CONFÉRENCE DES FINANCIERS DE L'AISNE.