



"Au Rendez-Vous des Aidants"



PLATEFORME DE REPIT ET D'ACCOMPAGNEMENT DE LAON

« AU RENDEZ-DES AIDANTS »

PROGRAMME D'ACTIVITES DE MARS 2023



	MERCREDI 1/03	JEUDI 2/03	VENDREDI 3/03
	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p>Gratuit sur Rdv</p>	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p>Gratuit sur Rdv</p>	
			
MARDI 7/03	MERCREDI 8/03	JEUDI 9/03	VENDREDI 10/03
<p>Le Kiosque des Aidants</p> <p>15h30 - 17h</p> <p>Vous aidez une personne âgée ? Vous vous poser des questions sur la maladie, l'attitude à adopter ?</p> <p>Vous avez besoin de renseignements niveau pratique, social, juridique ?</p> <p>Résidence Orpéa de Tergnier 54 rue Jacquart (gratuit)</p> <p>Animé par Julien Dieulle Neuropsychologue et Isabelle Fojcik Coordinatrice du Clic de la Fère et la participation de la Plateforme de répit de Laon</p>	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p>Gratuit sur Rdv</p>	<p>14h</p> <p>SOPHROLOGIE</p>  <p>Avec Damien SOPHROLOGUE</p> <p>Gratuit / inscription</p>	

MARDI 14/03	MERCREDI 15/03	JEUDI 16/03	VENDREDI 17/03
<p>A partir de 14h</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany</p> <p><i>Répît à Domicile</i></p> <p><i>14h à 16h</i></p> <p><i>Renseignez-vous !</i></p>	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p><i>Gratuit sur Rdv</i></p>	<p>Répît à domicile</p> <p>10h 12h ou 14h 16h</p> <p>Renseignez-vous</p> <p>Sur Inscription</p>	<p>14h30</p> <p>Séance de Relaxation</p>  <p>Avec Pascale</p> <p><i>Gratuit sur inscription</i></p>
MARDI 21/03	MERCREDI 22/03	JEUDI 23/03	VENDREDI 24/03
<p>14h30</p> <p>Séance de Relaxation</p>  <p>Avec Pascale</p> <p><i>Gratuit sur inscription</i></p>	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p><i>Gratuit sur Rdv</i></p>	<p>14h</p> <p>SOPHROLOGIE</p>  <p>Avec Damien SOPHROLOGUE</p> <p><i>Gratuit / inscription</i></p>	<p>La Marche des Aidants</p> <p>RDV à 13h30 à la Plateforme de répît</p>  <p>Venez nous rejoindre pour une marche avec vos baskets et votre bonne humeur !</p> <p>Tiffany et Sophie</p> <p><i>Gratuit / inscription</i></p>

Mardi 28/03	Mercredi 29/03	Jeudi 30/03
<p>A partir de 14h</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany</p> <p><i>Répit à Domicile</i></p> <p><i>14h à 16h</i></p> <p><i>Renseignez-vous !</i></p> <p><i>07.85.66.69.12</i></p>	<p>A partir de 14h00</p> <p>Entretien individuel</p>  <p>Avec Tiffany (Psychologue)</p> <p><i>Gratuit sur Rdv</i></p>	<p>Atelier Adapeco</p> <p><u>Vous Aidant, venez découvrir notre atelier</u></p> <p><u>« Le Transit un problème au quotidien »</u></p> <p>13h30 à 16h30</p> <p><u>Au programme :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Le sucré - salé revisité</u> • <u>Création de Muffins chocolats/courgette (constipation)</u> • <u>Gâteaux de carottes et amandes (Diarrhée)</u> <p>GRATUIT</p> <p>Financé par la conférence des financeurs</p>

Activités gratuites sur inscription au 03.23.27.30.85 ou 07.85.66.69.12.

Possibilité de garder votre porche sur place le temps de votre activité.

Renseignements auprès de l'équipe PFR Spécialisée et formée dans l'Aide aux Aidants :

Tiffany : Psychologue

Pascale : Assistante de Soins en gérontologie

Sophie : Infirmière Coordinatrice

La Plateforme de répit ce n'est pas seulement un programme d'activités pour vous offrir des moments de répit, nous sommes également à votre disposition, pour vous accompagner, vous soutenir, vous informer, vous former, vous orienter vers d'autres partenaires qui peuvent également vous aider. Nous sommes là pour répondre à toutes vos questions. Nous pouvons nous déplacer si besoin. Ne restez pas seul, contactez-nous !

N'hésitez pas à consulter le site des Plateformes de répit soutenirlesaidants.fr (il y a de nouvelles formations gratuites en ligne)



"Au Rendez-Vous des Aidants"



**VOUS, AIDANT, VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE ATELIER
"LE TRANSIT, UN PROBLÈME AU QUOTIDIEN "**

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

AU PROGRAMME

- ✓ LE SUCRÉ-SALÉ REVISITÉ
- ✓ CRÉATION DE MUFFIN CHOCOLAT À BASE DE COURGETTE (CONSTIPATION)
- ✓ GÂTEAU DE CAROTTE ET AMANDE (DIARRHÉE)

JEUDI 30 MARS 2023 | 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.

CONFERENCE REFLEXION

LA FIN DE VIE, UN SUJET QUI NOUS CONCERNE TOUS. CONTINUONS A NOUS INTERROGER

Avec la présence de :

M. Tanguy CHATEL Sociologue Formateur conférencier

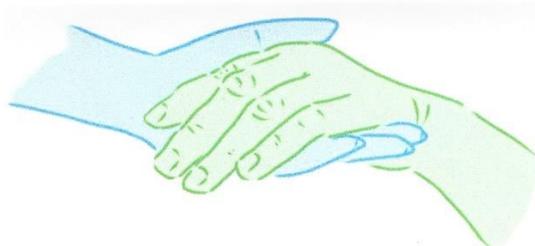
M. Olivier de MARGERIE Président de la Fédération Nationale Jalmalv

Mme DORDAIN Gériatre Coordinateur MRDA LAON & CREPY

Mme FALENTIN Infirmière Equipe mobile de Soins Palliatifs

JEUDI 09 MARS 2023 – 15 HEURES

SALLE DES FETES HOTEL DE VILLE DE LAON



Site : www.jalmalv-laon.com

Facebook : AisneJALMALV EN LAONNOIS

E-mail : jalmalvenlaonnois@gmail.com

Téléphone : 06-87-36-22-06