



# PLATEFORME DE REPIT ET D'ACCOMPAGNEMENT DES AIDANTS



EHPAD LES CEDRES - 4 rue de la Cécile - 26000 VALENCE




Tél. : 04.75.82.10.60 - Fax : 04.75.82.10.61 – Mail : [plateformederepit.cdr@gmail.com](mailto:plateformederepit.cdr@gmail.com)

SIRET 353 153 687 00028 APE 8710A



## MAI 2021

Lundi 03	Mardi 04	Mercredi 05	Jeuđi 06	Vendredi 07
<p><b>14h30 / 16h30 : Le Projet Personnalisé en partenariat avec : 4 Services d'aides à Domicile de Valence. Projet financé par la Conférence des financeurs de la Drome</b></p> 	<p><b>14h30-16h : Atelier PREVENTION DES CHUTES</b> pour le Binôme Aidant -Aidé animé par l'Ergothérapeute</p>	<p><b>14h30-16h30 : Atelier Mobilisation de Compétences</b> pour l'Aidé animé par l'Assistant de soin en Gériologie</p>	<p><b>14h30 – 18h : Entretien de soutien</b> avec la Psychologue</p>	<p><b>14h30-15h30 EDUCATION THERAPEUTIQUE</b> Groupe des Aidants</p> <p><b>16h-17h RELAXATION</b> animée par Psychomotricien</p>
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeuđi 13	Vendredi 14
<p><b>14h30 / 16h30 : Le Projet Personnalisé en partenariat avec : 4 Services d'aides à Domicile de Valence. Projet financé par la Conférence des financeurs de la Drome</b></p> 	<p><b>14h30-16h : Atelier PREVENTION DES CHUTES</b> pour le Binôme Aidant -Aidé animé par l'Ergothérapeute</p> <p><b>15h- 16h Education Thérapeutique du Patient (ETP)</b></p>	<p><b>14h30-16h30 : Atelier Mobilisation de Compétences</b> pour l'Aidé animé par l'Assistant de soin en Gériologie</p>	<p><b>14h30 – 18h : Entretien de soutien</b> avec la Psychologue</p>	<p><b>14h30-15h30 EDUCATION THERAPEUTIQUE</b> Groupe des Aidants</p> <p><b>16h-17h RELAXATION</b> animée par Psychomotricien</p>

Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
<p><b>14h30 / 16h30 : Le Projet Personnalisé en partenariat avec : 4 Services d'aides à Domicile de Valence. Projet financé par la Conférence des financeurs de la Drome</b></p> 	<p><b>14h30-16h : Atelier PREVENTION DES CHUTES</b> pour le Binôme Aidant -Aidé animé par l'Ergothérapeute</p>	<p><b>14h30-16h30 : Atelier Mobilisation de Compétences</b> pour l'Aidé animé par l'Assistant de soin en Gérontologie</p>	<p><b>14h30 – 18h : Entretien de soutien</b> avec la Psychologue</p>	<p><b>14h30-15h30 EDUCATION THERAPEUTIQUE</b> Groupe des Aidants</p> <p><b>16h-17h RELAXATION</b> animée par Psychomotricien</p>
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
<p><b>14h30 / 16h30 : Le Projet Personnalisé en partenariat avec : 4 Services d'aides à Domicile de Valence. Projet financé par la Conférence des financeurs de la Drome</b></p> 	<p><b>14h30-16h : Atelier PREVENTION DES CHUTES</b> pour le Binôme Aidant -Aidé animé par l'Ergothérapeute</p> <p><b>15h- 16h Education Thérapeutique du Patient (ETP)</b></p>	<p><b>14h30-16h30 : Atelier Mobilisation de Compétences</b> pour l'Aidé animé par l'Assistant de soin en Gérontologie</p>	<p><b>14h30 – 18h : Entretien de soutien</b> avec la Psychologue</p>	<p><b>14h30-15h30 EDUCATION THERAPEUTIQUE</b> Groupe des Aidants</p> <p><b>16h-17h RELAXATION</b> animée par Psychomotricien</p>
Lundi 31	Mardi 1 juin	Mercredi 2 juin	Jeudi 3 juin	Vendredi 4 juin
<p><b>14h30 / 16h30 : Le Projet Personnalisé en partenariat avec : 4 Services d'aides à Domicile de Valence. Projet financé par la Conférence des financeurs de la Drome</b></p> 	<p><b>14h30-15h30 EDUCATION THERAPEUTIQUE</b> Groupe des Aidants</p>	<p><b>14h30-16h30 : Atelier Mobilisation de Compétences</b> pour l'Aidé animé par l'Assistant de soin en Gérontologie</p>	<p><b>14h30 – 18h : Entretien de soutien</b> avec la Psychologue</p>	<p><b>16h-17h RELAXATION</b> animée par Psychomotricien</p>

## Nos actions

Pour participer à une ou plusieurs Actions merci de vous inscrire au préalable au **04 75 82 10 60**.

**ATELIER PREVENTION DES CHUTES** : Comprendre les facteurs de risques, savoir se relever, répondre à vos questions.

Animé par l'Ergothérapeute. 1 séance de 1h30 pour le Binôme Aidant-Aidé.

**Le PROJET PERSONNALISE** : Pas d'inscription possible

**EDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT** : Ateliers pour l'Aidé présentant la maladie d'Alzheimer à un stade léger, 5 séances de 1h.

Animé par l'Assistant de soin en gérontologie, la Psychologue, et l'Ergothérapeute.

**ATELIER DE MOBILISATION DE COMPETENCES** : Pour l'Aidé, présence de l'Aidant indispensable à la 5<sup>e</sup> séance. **Atelier en lien avec l'Education thérapeutique**. Cycle de 5 séances de 2h : mobilisation des compétences sensorielles, motrices et cognitives en alternance.

**ENTRETIEN DE SOUTIEN** : entretien avec la Psychologue centré sur les ressentis et émotions liées à la fonction d'Aidant. 3 entretiens possibles par an.

**EDUCATION THERAPEUTIQUE Groupe des Aidants** : Comprendre la pathologie, Endosser son rôle d'Aidant, Se donner des perspectives... Cycle de 5 séances de 1h. Animé par le Psychomotricien, l'Ergothérapeute et la Psychologue.

**RELAXATION** : séance de 1h, animé par le psychomotricien. Ouvert aux Aidants et aux Binômes.

Nos actions sont sans participation financière pour l'utilisateur.

La Plateforme de répit est portée par l'Agence Régionale de Santé Auvergne-Rhône Alpes.

Retrouvez-nous sur notre site [www.toutpourlesaidants.fr](http://www.toutpourlesaidants.fr)

L'équipe de la plateforme de répit,

**Karine METERY**, psychologue et responsable de pôle  
**Claude NOGUEIRA**, assistant de soins en gérontologie  
**Laura CAYOT**, ergothérapeute  
**Jean-Baptiste NOLLEZ**, psychomotricien