

Actions pour les proches aidants de personnes âgées et/ou personnes en situation de handicap Territoire Terres de Lorraine

GROUPE ORCHIDEE :

Groupe de parole destiné aux personnes s'occupant d'un proche en situation de perte d'autonomie ou de handicap, mis en place par le Conseil Départemental 54, animé par Claire GUITTON, psychologue à la Direction de l'Autonomie.

Contact : Claire GUITTON (psychologue) : 03 83 94 59 58, cquitton@departement54.fr

Maison du Département Terres de Lorraine 230 Rue de l'Esplanade du Génie 54200 ECROUVES	1x/mois, les mardis de 14 à 16h	<ul style="list-style-type: none"> • 19/12/23 • 23/01/24 • 20/02/24 • 26/03/24 • 07/05/24 • 04/06/24 • 02/07/24
Mairie 1 Place Ferri de Ludres 54710 LUDRES	1x/mois, les lundis de 14h à 16h	<ul style="list-style-type: none"> • 04/12/23 • 08/01/24 • 05/02/24 • 18/03/24 • 08/04/24 • 27/05/24 • 24/06/24

BISTROT MEMOIRE :

Proposé par l'Association Toulois Nord Familial et animé par la psychologue de l'EHPAD Brançon de ROYAUMEIX.

Le Bistrot Mémoire du Toulois Nord accueille, dans un climat de détente et de convivialité, des proches aidants confrontés à la maladie d'Alzheimer ou à une pathologie apparentée. C'est un espace propice à la rencontre, au dialogue et au partage d'expériences. Il s'adresse aussi bien aux aidants qu'aux personnes aidées.

Contact : Amélie THEZ (psychologue), 03.83.62.91.50, psychologue@atnf.fr

Café L'Grain d'Sel – 19 Grande rue à FRANCHEVILLE	chaque premier samedi du mois de 14h à 16h. Prochaine date le samedi 2/12/23
--	---

Pour plus d'informations, contacter le Service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023

OHS

→ **Plateforme d'accompagnement et de répit**

Accueil et Accompagnement des Aidants (maladies d'Alzheimer ou maladie apparentée ou en perte d'autonomie). La plateforme intervient sur le territoire Terres de Lorraine.

Elle propose : un accompagnement psychosocial individuel, des activités et ponctuellement du répit à domicile de jour ou de nuit, un remplacement de l'aidant sur une courte durée (pour qu'il puisse participer à des ateliers par ex). Prévenir l'équipe au plus tôt.

Contact : Emily HENRY (CESF) ou Claire PETITJEAN (psychologue) : 03.83.18.01.14, aaa@ohs.asso.fr
Espace Parisot - 1, rue du Vivarais, 54519 VANDOEUVRE

Répit de jour à domicile : Une aide-soignante vient à domicile de 3 à 12h.	Répit de nuit à domicile : 1 à 3 nuits consécutives ou non / aidant par an (nuit de 10 h)
--	---

Cela ne se substitue pas aux aides à domicile, mais cette prestation est utile pour faire face aux situations imprévues.

→ **Modelage crânien Shiatsu :**

Le Shiatsu, par son action de détente, vise à stimuler les défenses naturelles de l'organisme et à faire lâcher les tensions. Les effets du massage Shiatsu se situent à deux niveaux :

- le physique, les pressions vont permettre de détendre les muscles.
 - le psychique, les bienfaits physiques auront une répercussion sur le plan émotionnel et mental.
- L'objectif est de pouvoir atteindre un état de bien-être et de calme intérieur.

Contact : Emily HENRY (CESF) ou Claire PETITJEAN (psychologue) : 03.83.18.01.14, aaa@ohs.asso.fr
Espace Parisot - 1, rue du Vivarais, 54519 VANDOEUVRE

EHPAD Impasse de la Boissette, Rue du Général Leclerc 54570 Foug	les mardis (un sur deux en fonction des inscrits) de 14h à 16h
---	--

Si l'aidant ne peut pas se déplacer, la praticienne peut aller au domicile dans un périmètre de 30 km autour de Rosières-En-Haye

Pour plus d'informations, contacter le Service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023

→ Sophrologie aidants-aidés :

Programme de 10 séances, animées par 2 sophrologues, sur inscription. Les objectifs sont de :

- renforcer ses ressources personnelles pour faire face au stress et favoriser un mieux-être dans la vie quotidienne,
- reconnaître puis moduler les tensions et les émotions négatives, contrôler les pensées parasites,
- développer une attitude plus sereine et positive devant les évènements de la vie.

Dates et lieu : Prochaines dates en 2024

Contact : Emily HENRY (CESF) ou Claire PETITJEAN (psychologue) : 03.83.18.01.14, aaa@ohs.asso.fr
Espace Parisot - 1, rue du Vivarais, 54519 VANDOEUVRE

→ Aide au Sommeil

Vous êtes un proche aidant et souffrez de difficultés de sommeil ?

Contact : Emily HENRY (CESF) ou Claire PETITJEAN (psychologue) : 03.83.18.01.14, aaa@ohs.asso.fr
Espace Parisot - 1, rue du Vivarais, 54519 VANDOEUVRE

<p>Espace Parisot 1 rue du Vivarais 54519 VANDOEUVRE</p>	<p>Les jeudis de 14H00 à 16H00</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 21/12/23 • 25/01/24
---	------------------------------------	--

→ Ergothérapie : Les formations de Julie

Cycle de 7 séances animées par « Merci Julie », sur inscription à toutes les séances.

L'objectif est de soutenir les aidants familiaux en leur apportant des informations sur la mobilité, les aides techniques (en testant du matériel sur place pour les loisirs, déplacements, repas, toilette...), l'aménagement du logement, l'accompagnement dans les déplacements en se préservant et enfin un retour d'expérience autour d'un moment convivial.

Dates et lieu : Prochaines dates en 2024

Contact : Emily HENRY (CESF) ou Claire PETITJEAN (psychologue) : 03.83.18.01.14, aaa@ohs.asso.fr
Espace Parisot - 1, rue du Vivarais, 54519 VANDOEUVRE

GCSMS "GRANDIR ET VIEILLIR EN PAYS DE COLOMBEY"

Ergothérapeutes de territoire chargés des actions de prévention

- ➔ **Service de prévention et « bilans ergo » à domicile**
- ➔ **Groupes de paroles à destination des proches aidants**

➔ **Formation à destination des proches aidants au 1^{er} trimestre 2024 :**

Animée par des formateurs expérimentés, cette formation comprend 6 modules permettant de se questionner et d'analyser sa situation et de connaître ses propres ressources et celles de son environnement.

Contact : Charlotte BEAUREGARD - Bertrand MARCHESI : 06.73.97.66.64

charlotte.beauregard@grandirvieillir.org ; bertrand.marchesi@grandirvieillir.org ,

Pôle gériatrique, 4 rue de la gare - 54170 COLOMBEY LES BELLES

EHPAD « Les grands jardins » 54170 COLOMBEY-LES-BELLES	Dates et lieu de la formation des aidants à définir avec les personnes intéressées le jour de la réunion d'information.	Réunion d'information 12/12/2023 à 10h
---	---	---

FRANCE ALZHEIMER 54 :

L'antenne de TOUL propose, pour les personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et leurs aidants :

- Des ateliers de musicothérapie et d'art thérapie tous les vendredis de 14h30 à 16h30
- De l'écoute des familles **sur rdv** exclusivement (que faire à l'annonce du diagnostic ? renseignements sur la maladie, sur le comportement à avoir...) .
- Une formation des aidants, ciblée sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées, de 5 demi-journées. Une session est prévue durant le premier semestre 2024.

Contact : 07.88.98.13.88 – secrtaire.fa54@gmail.com

➔ **Art-thérapie et musicothérapie**

Centre socio-culturel Michel Dinet 2 rue Vauban 54200 TOUL	De 14h30 à 16h30 (sauf durant les vacances scolaires)	<ul style="list-style-type: none"> • 1/12/23 (art-thérapie), • 8/12/23 (musicothérapie), • 22/12/23 (musicothérapie)
---	--	---

Pour plus d'informations, contacter le Service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023

→ **Formation des aidants**

Espace André Malraux Rue du Clos des Grèves 54200 TOUL	Sur 5 demi-journées, les samedis matin	Formation des aidants à compter de mars 2024
---	--	--

A compter de Janvier 2024, l'association France Alzheimer intégrera **l'Espace Info Seniors au 13 Bis Quai de la Glacière - 54200 TOUL**, pour les permanences.

PIECE DE THEATRE AVEC LA COMPAGNIE « SOLEIL SOUS LA PLUIE »

Spectacle gratuit et temps d'échange convivial à destination des personnes âgées, de leurs proches et des professionnels.

On peut vieillir avec tendresse, avec regrets, en criant sa colère ou sa joie. Quel que soit le chemin emprunté, la perte d'autonomie d'un proche vient très souvent bouleverser l'équilibre familial, l'obligeant à se transformer.

Contact pour inscription : 09-74-36-04-50, mail : cias@cc-mosellemadon.fr

Espace culturel « La Filoche » 90 rue René Cassin 54230 CHALIGNY	14H30	04/12/23
---	-------	----------

COLLECTIF « NOUS VIEILLIRONS ENSEMBLE DANS LE SAINTOIS » :

Actions de soutien aux proches aidants sur la Communauté de Communes du Pays du Saintois.

Prochains ateliers en 2024.

Contact : Maxim LEDOUX, 07.86.45.55.75, mail : collectifsaintois@gmail.com

Pour plus d'informations, contacter le service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023

ADAVIE PASSERELLE

Soutien psychologique des aidants des personnes âgées, accompagnées par le SAAD (anciennement ESPRIT TRANQUILLE). Proposition de 3 à 5 entretiens individuels (gratuit) avec un psychologue. A domicile ou sur l'antenne de Villers d'ADAVIE.

Contact : 03-83-41-56-43, mail : nancy@adavie.fr

OXYGENE REPIT 54 :

Plateforme départementale de soutien aux aidants de personnes en situation de handicap mental ou physique.

La plateforme Oxygène Répit 54 permet de lutter contre l'épuisement des aidants des personnes en situation de handicap en leur apportant des ressources adaptées en proximité et selon leurs besoins.

Contact : 03.57.77.00.22 et site internet : aidantph54@jbthiery.asso.fr

Association J.-B. Thierry 13, Rue de la République 54320 MAXEVILLE	Du lundi au vendredi de 9h à 17h
---	----------------------------------

VACANCES REPIT DE L'ANCV :

Aide financière pour partir en vacances, dans le cadre du répit de l'aidant.

Contact : Nathanaële AUDIFFREN, chargée de développement ANCV Grand-Est, naudiffren@ancv.fr

Numéro national : 09.69.32.06.16 et site internet www.ancv.com/seniors-en-vacances

E-CONSULTATIONS AIDANTS :

Consultations psychologiques gratuites destinées aux aidants de personnes souffrant de maladies neurodégénératives.

Contact : Mme MORELE Elodie, 07.66.27.46.58, contact@association-synaps.fr

Pour plus d'informations, contacter le Service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023

FORMATION EN LIGNE DES PROCHES AIDANTS :

Association Française des Aidants.

<https://www.aidants.fr/>

LA MAISON DES AIDANTS :

Contact : 08-09-54-10-10, mail : aidants54@udaf54.com

124 rue de Newcastle

54000 NANCY



LES SERVICES AUX AIDANTS
MÉDIATION FAMILIALE
 A DESTINATION DE TOUS LES AIDANTS ET DE LEURS PROCHES EN SITUATION DE DÉPENDANCE.
 Conduite par une professionnelle de la médiation familiale.
 LES LUNDIS MATIN DE 9H À 12H30 - SUR RENDEZ-VOUS

<p>ACCÈS AUX DROITS POUR LES PERSONNES ÂGÉES ET /OU EN SITUATION DE HANDICAP & LEURS AIDANTS Service territorial Autonomie CD54 TOUS LES 3ÈMES MERCREDIS DE CHAQUE MOIS</p>
<p>ENTRETIENS INDIVIDUELS "SOLUTIONS DE RÉPIT" SUR RENDEZ-VOUS</p>
<p>POINT CONSEIL BUDGET "ACCÈS AUX DROITS" SUR RENDEZ-VOUS</p>
<p>CONSULTATIONS MÉDICALE ET PSYCHOLOGIQUE LES MERCREDIS Centre de prévention Agirc-Arcco SUR RENDEZ-VOUS</p>
<p>AIDES TECHNIQUES ET ERGOTHÉRAPEUTE Envie autonomie SUR RENDEZ-VOUS</p>
<p>PERMANENCE FRANCE ALZHEIMER 54 1ER ET 3ÈME MERCREDIS APRÈS-MIDI SUR RENDEZ-VOUS</p>

Pour plus d'informations, contacter le Service Territorial Autonomie de Terres de Lorraine

☎ 03-83-43-81-22 ou par mail : statdl@departement54.fr

Mise à jour novembre 2023