



Mois des aidants



APPRENDRE À PRENDRE
SOIN DE SOI



Tout au long du mois d'octobre, des événements seront proposés aux proches aidants des seniors fragilisés par l'âge ou la maladie.

✕ NANTES

Mardi 6 octobre

BAL DES AIDANTS ET FORUM SUR LE RÉPIT

À l'occasion de la Journée Nationale des Aidants, nous vous convions à un moment de convivialité, de musique et de danse, animé par Pascal Barbaro. Seul ou en couple, venez danser et partager ce moment avec nous. Vous pourrez aussi lors de cette journée rencontrer nos partenaires proposant des offres d'activités ou de répit sur la métropole nantaise.

Entrée libre

♥ De 14h à 17h | Maison de quartier Doulon - 1, rue de la Basse-Chênaie

Jeudi 15 octobre

À LA DÉCOUVERTE DES THÉRAPIES NON-MÉDICAMENTEUSES

Au-delà des médicaments, certaines approches peuvent être utiles pour lutter contre les maladies neuro-évolutives. Venez les découvrir à travers une conférence animée par Estelle Le Saout et Christelle Dromby, neuropsychologue et infirmière du Centre Ressource de Psychiatrie de la Personne Âgée - Hôpital Bellier. Au cours de l'après-midi, des ateliers vous permettront de pratiquer, en couple, certaines de ces activités (sur inscription) : musicothérapie, clown relationnel, art-thérapie, atelier d'écriture, atelier danse assise.

Sur inscription auprès de la Maison des aidants

♥ De 14h à 17h | Maison de quartier La Locomotive
109, avenue de la gare de Saint-Joseph

✕ SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE

Mardi 13 octobre

FORUM DES AIDANTS : L'AIDANCE À TRAVERS LE TEMPS

Après-midi d'information et d'échange auprès de plusieurs partenaires réunis en forum. Des ateliers thématiques seront également proposés :

- ✕ de 14h30 à 15h15 : Comment se reconnaître en tant que proche aidant ? (Maison des Aidants et France Alzheimer 44) ;
- ✕ de 15h15 à 16h : Transition entre les situations de vie - accepter les premières aides, les transitions entre domicile et établissement ;
- ✕ de 16h à 16h45 : Post aidance - « Après l'aidance... retrouver sa place » (Antre Deux Vies) ;
- ✕ de 16h45 à 17h30 : « Se protéger et protéger l'autre » (UDAF 44).

Entrée libre

♥ De 12h à 18h | L'Escall - 27, rue des Berlaguts à Saint-Sébastien-sur-Loire

✕ VERTOU

Lundi 12 octobre

CAFÉ D'ÉCHANGES « LES SOLUTIONS DE RÉPIT »

Venez découvrir et échanger autour des différentes solutions de répit pouvant intervenir tout au long de votre parcours d'aidant : accueil de jour, halte-répît, répit au domicile, relaying, séjours de vacances...

Animé par Élodie Saout, coordinatrice du CLIC Ville Vill'Agés et Solène Jouveau, référente de parcours de la Maison des Aidants

Sur inscription auprès du service Solidarités de Vertou : 02 51 71 05 05

♥ De 14h30 à 16h30 | Salle des Lavandières (parc du Loiry)
3, boulevard Guichet Serex à Vertou

✕ ORVAULT

Mardi 13 octobre

CAFÉ D'ÉCHANGES « ÇA VEUT DIRE QUOI PRENDRE SOIN DE SOI / PRENDRE DU TEMPS POUR SOI QUAND ON EST AIDANT ? »

Rencontre entre aidants pour aborder les enjeux et difficultés du « penser à soi » tout en accompagnant son proche.

Animé par Marine Devanne, psychologue de la Maison des aidants

Sur inscription auprès du service seniors/santé : 02 51 78 32 32

♥ De 14h30 à 16h | Ferme du Bignon - 25, rue Alfred Nobel à Orvault

✕ SAUTRON

Vendredi 16 octobre

LES PROCHES AIDANTS : AIDER L'AUTRE SANS S'OUBLIER

Qui sont les proches aidants ? Quelles sont leurs difficultés ? Comment trouver du relais quand on est aidant ? Venez en discuter avec Marine Devanne, psychologue de la Maison des aidants, et Éloïse Silvestre, du CLIC Couëron - Sautron lors de ce temps d'échanges.

Entrée libre

♥ De 14h30 à 16h30 | salle 100 de l'Espace de la Vallée
2, rue de la Mairie à Sautron

✕ CARQUEFOU

Mardi 27 octobre

CONFÉRENCE « MON PROCHE EST MALADE : COMMENT L'AIDER ET ME FAIRE AIDER ? »

Comment se reconnaître aidant ? Quels sont les dispositifs pouvant aider les personnes malades et ceux qui les accompagnent au quotidien ? Venez échanger avec les professionnels du CLIC Loire et Erdre, de l'UDAF 44 et de la Maison des Aidants.

Action organisée en partenariat avec le CCAS de Carquefou.

Sur inscription, à partir du 15 septembre, auprès du service Autonomie et Animation de Carquefou : 02 28 22 20 00

♥ De 14h30 à 16h30 | Dans la salle du Grand Pilonnais
18, rue Jules Verne à Carquefou



AUTRES ACTIONS DEDIEES AUX AIDANTS

NANTES | Jeudi 1^{er} octobre : Les Entretiens Alzheimer

Pour sa 9^e édition, les Entretiens Alzheimer aborderont les thématiques suivantes :

- ☀ Actualité de la recherche sur la maladie d'Alzheimer,
- ☀ Génétique et maladie d'Alzheimer,
- ☀ Bonnes pratiques d'accompagnement d'un malade d'Alzheimer,
- ☀ Témoignage et interventions sur les approches non médicamenteuses.

De 14h à 17h | Les Salorges - 16, quai Ernest Renaud. Sur inscription, via ce site : <https://entretiensalzheimer.org/index.php/nantes/> ou au 01 86 04 00 47.

LA CHAPELLE-SUR-ERDRE | Mardi 6 octobre : Forum des aidants

Rencontre et échanges avec les partenaires présents (CLIC, Joovia, Le Ploreau, l'UDAF), ateliers « Gestes et postures pour se préserver » avec le CREAT

**De 14h à 16h | Salle Saint-Michel - 6, rue de Sucé à La Chapelle-sur-Erdre.
Entrée libre pour le forum, inscriptions pour les ateliers au service action sociale : 02 51 81 87 20**

Suivi d'un **Café des aidants « Mieux communiquer »**

Comment communiquer avec la personne aidée ? Quand la personne aidée est confuse, désorientée ou agressive, comment réagir, communiquer avec elle, adapter votre réponse et désamorcer les moments d'angoisse ?

De 16h à 18h | La Cabane à jeux - 10 bis, rue François Clouet. Entrée libre.

Maison des aidants

2 rue de Courson

Tél. : 02 51 89 17 60

Email : maisondesaidants@mairie-nantes.fr

Plus d'information : metropole.nantes.fr/seniors

Ouvert du lundi au vendredi

Permanence téléphonique : 9h30-12h30 et 14h-17h

Fermée le jeudi matin (sur RDV en dehors de ces horaires)

Accueil physique sur RDV

Comment venir ?

Tram  arrêt Gare SNCF

Chronobus  arrêt Chanzy

Bus  arrêt Bouteillerie



ALL•NANTES 02 40 41 9000
metropole.nantes.fr



Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1

Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes

