



INFORMATIONS



Suite à la pandémie de Covid 19 et afin de vous accompagner au mieux lors de cette période **post-confinement**, la **plateforme de répit du Maillon** va maintenir les actions individuelles débutées depuis le mois de juin. Ces actions se poursuivront jusqu'à une évolution favorable de la situation sanitaire.

Pour toutes nos actions, un temps de garde pour votre proche vous sera proposé. Si vous souhaitez en bénéficier, merci de nous en faire part le plus tôt possible afin que nous puissions nous organiser. Toutes les actions proposées durant cette période seront totalement financées par la plateforme de répit

La plateforme de répit reste toujours à votre écoute pour vous soutenir et vous informer. N'hésitez pas à nous contacter en cas de besoin. En attendant de reprendre nos actions collectives, prenez soin de vous pour que nous puissions vous retrouver en forme.

Du nouveau à la Plateforme de répit en attendant la reprise totale de nos activités collectives . Nous souhaitons la bienvenue à LAURENCE qui vient renforcer l'équipe pour nous aider à mener à bien les interventions à domicile dans le cadre des actions de « Temps Libéré ».

Pour vous inscrire, contactez nous
au 07.70.44.04.52



N° 74 Octobre 2020

Le journal des aidants

L'ÉQUIPE DE LA PLATEFORME



Laurence

Fabrice

Françoise

Tel: 07.70.44.04.52

9, avenue des Planes – Le Boucasson
13800 ISTRES
plateforme.lemailon@orange.fr



Soutien des aidants...



Temps Libéré



Ces actions de **Temps Libéré** ont pour objectifs de vous **soulager** et de vous **soutenir** afin que vous puissiez continuer à vous impliquer dans votre rôle d'aidant tout en **prévenant l'épuisement psychologique**. Un intervenant viendra au domicile pour vous relayer pendant votre temps d'absence mais **en aucun cas ne pourra prendre la place des professionnels intervenant au domicile**. Par conséquent, les **interventions** ne pourront pas faire l'objet d'une planification régulière. Elles seront mises en œuvre sur la base de critères bien définis : **Epuisement psychologique, absence pour une consultation médicale, absence pour une activité personnelle permettant de se ressourcer, absence pour visite familiale ou d'un proche.**

Les interventions pourront s'étendre sur **une durée de 1 à 4 heures (transport compris) sur 3 créneaux horaires : 9h-13h /11h-15h/14h-18h**, avec la possibilité de moduler en fonction des besoins et des disponibilités du service.

La demande devra se faire **une semaine à l'avance**, sauf en cas d'urgence et **chaque demande de renouvellement de cette action sera soumise à une évaluation.**

Le temps libéré sera totalement financé par la plateforme de répit sans reste à charge. Si vous souhaitez bénéficier de cette action, nous contacter au 07.70.44.04.52

Soutien Psychologique

La plateforme de répit vous propose également l'intervention **d'un Psychologue** afin de vous accompagner après cette période difficile.
Inscriptions: 07.70.44.04.52.

Sophrologie

La plateforme de répit vous propose des séances individuelles en cabinet ou à domicile selon votre lieu de résidence. **Pour vous inscrire, veuillez nous contacter directement au 07.70.44.04.52.**

Soutien des aidants...



MOBIL isons-nous pour les aidants

La plateforme de répit des aidants, le Pôle infos seniors et le service d'appui gérontologique **VIENNENT A VOTRE RENCONTRE DANS VOTRE VILLE du 6 au 9 OCTOBRE 2020** pour vous donner des informations sur vos droits, les aides mises à votre disposition, les solutions de répit... **Rejoignez-nous aux points de rencontres suivants pour échanger de manière conviviale (dans le respect des gestes barrières) :**



**MARDI 06 OCTOBRE
MARTIGUES**

De 9h00 à 11h30
Parking Place des aires
Quartier Ferrières
et
De 12h00 à 14h00
Parvis de l'Hôtel de ville

MERCREDI 07 OCTOBRE

PORT DE BOUC

De 8h30 à 12h00
Place Lazzarino
Marché de la Lèque

ISTRES

De 13h30 à 17h30
Parking de l'association
LE MAILLON



JEUDI 08 OCTOBRE

MIRAMAS

De 8h30 à 12h00
Place du Marché

FOS SUR MER

De 13h30 à 16h30
Devant le Foyer La
Farigoule Boulodrome



**VENDREDI 09 OCTOBRE
CARRY LE ROUET**

De 9h00 à 12h00 Place Jean Jaurès

CHATEAUNEUF LES MARTIGUES

De 13h30 à 16h30
Parking Maison des Aînés

Art-Thérapie

La plateforme de répit vous propose des séances **d'art thérapie**. Ces séances pourront être individuelles ou centrées sur le couple aidant/aidé. **Inscriptions : 07.70.44.04.52.**

Bien-Etre

Afin de vous apporter un peu de détente la plateforme de répit vous propose un **soin Bien-être** effectué par une esthéticienne à votre domicile. **Inscriptions : 07.70.44.04.52.**