

LES TARIFS

Une facturation mensuelle est établie en fonction de la participation aux actions payantes :

- Sophrologie : gratuit
- Gymnastique Douce : gratuit
- Groupe de Parole : gratuit
- Halte Répît : 5 Euros
- Sorties après-midi Goûters : 5 Euros
- Sorties Loisirs Journée : Entre 10 et 25 euros

LES TERRITOIRES D'INTERVENTIONS

- ISTRES
- FOS SUR MER
- PORT DE BOUC
- SAINT MITRE LES REMPARTS
- CHATEAUNEUF LES MARTIGUES
- GIGNAC LA NERTHE
- ENSUES LA REDONNE
- CARRY LE ROUET
- SAUSSET LES PINS
- MARTIGUES
- SAINT CHAMAS
- GRANS
- MIRAMAS
- CORNILLON CONFOUX
- BERRE L'ETANG
- ROGNAC
- MARIGNANE
- SAINT VICTORET



CONTACTEZ NOUS

Du lundi au vendredi de 10h00 à 17h00

Tel: 07.70.44.04.52

Mail: plateforme.lemailon@orange.fr

Site internet: www.lemailon.fr



Plateforme de Répît
« ESPACE ECOUTE AIDANT »

9 , avenue des planes

Le Boucasson

13800 ISTRES



Plateforme
d'Accompagnement
et de Répît des Aidants Familiaux

La Plateforme de Répît de l'association LE MAILLON « ESPACE ECOUTE AIDANT » a pour objectifs de soutenir, d'informer et d'orienter les Aidants au travers d'une palette d'actions diversifiées afin de répondre au mieux à leurs besoins. Ces actions sont exclusivement réservées aux Aidants et/ou aux couples aidant /aidé.

OBJECTIFS

- Soutenir, informer et orienter les aidants dans leur accompagnement
- Rompre l'isolement en permettant aux aidants de renouer des liens sociaux aux travers d'actions collectives diversifiées
- Prévenir l'épuisement physique et psychologique

EQUIPE SPECIALISEE

- Aide médico psychologique
- Assistante en soins gérontologiques
- Coordinateur Psychologue

PARTENAIRES

- Sophrologues, Educateurs sportifs spécialisés
- CCAS (Centre Communal Action Sociale), PIS (Pôle Infos Séniors), MAIA (Maison pour l'Autonomie), MRS, Maisons Régionales de Santé
- Accueil de Jour (ADJ), Résidence Retraite EHPAD, Centres Hospitaliers
- PTA (Plateforme de Santé), ESA (Equipe Spécialisée Alzheimer), SSIAD et SAAD (Service de Soins Infirmiers et d'Aide à Domicile)

ACTIONS COLLECTIVES

- Atelier gym douce hebdomadaire le jeudi à ISTRES réservé aux aidants. 
- Groupes de parole tous les mois à ISTRES et CHATEAUNEUF LES MARTIGUES réservés aux aidants 
- Séances mensuelles de Sophrologie réservées aux aidants à ISTRES et SAUSSET LES PINS 
- Halte répit aidant tous les 15 jours : Mardi à Istres et Mercredi à Châteauneuf les Martigues de 14h à 16h30, ateliers de stimulation (réservés aux aidés, participation : 5 Euros la séance) 
- Temps de loisirs (réservés aux couples aidant/aidé, participation entre 5 et 20 euros selon le thème) 
- Formation gratuite pour les aidants en partenariat avec l'Association Française des aidants 
- Séjours de répit vacances réservés aux aidants seuls ou aux couples aidants / aidés 

Pour toutes les actions réservées aux aidants une activité sera prévue en parallèle pour les aidés.

ACTIONS INDIVIDUELLES

Permanence téléphonique et prise de rendez-vous
Du Lundi au Vendredi de 10h00 à 17h00
Tel: 07.70.44.04.52



Soutien psychologique individuel et gratuit sur rendez-vous.



LES PERMANENCES (sur rendez-vous)

ISTRES

Mardi de 14h00 à 16h00
Maison Régionale de Santé,
Centre tertiaire « La Pyramide »



MIRAMAS

Vendredi de 14h00 à 16h00
Foyer Ambroise Croizat



MARTIGUES

Vendredi de 10h00 à 12h00
Espace Gérontologique



CHATEAUNEUF LES MARTIGUES
Mercredi de 14h00 à 16h00
Maison des Aînés



SAUSSET LES PINS
Mardi de 10h00 à 12h00
Salle des Arts

