

MAISON DES AIDANTS EN COMBRAILLES

L'INFO MENSUELLE
DE LA PLATEFORME
D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT
DES COMBRAILLES

N°66 - JUILLET 2026

Visite guidée et repas restaurant
Renée Coupat vous fera découvrir
Miremont, visite suivie d'un déjeuner au
bord de l'eau à La Chazotte
Jeudi 9 juillet

Brain Ball®
Jeudi 2 juillet
Jeudi 16 juillet

**Ateliers d'activités pour les
personnes malades**
Fonctionnement estival adapté
A la carte !
Voir à l'intérieur

Sophro'aidants
Jeudi 23 juillet

Infos partenaire
Café des Aidants
Saint Pierre Roche

L'AGENDA DU MOIS



Pour toutes les rencontres/ateliers/sorties :
gratuit, transport possible, sauf indication contraire
Inscription obligatoire au 07-50-65-60-72

Ateliers d'activités adaptées par secteur

Fonctionnement estival adapté

Personnes malades

Accueil des personnes malades au sein d'un **groupe d'activités**, jeux, discussions, activité physique adaptée, relaxation, sorties, visites, etc ...

En cette période de vacances, et pour **s'adapter à vos disponibilités et besoins**, nous vous proposons un fonctionnement "**à la carte**". Si vous souhaitez que votre proche participe il vous suffit de :

- Nous **appeler** pour l'inscrire
- **Préciser** les jours souhaités



Nous vous appellerons ensuite pour vous préciser l'organisation, une fois que les inscriptions auront permis de constituer un groupe.

Sortie restaurant et visite guidée

Jeudi 9 juillet - 10 h - Miremont / La Chazotte

Proches aidants
accompagnés ou pas
de la personne malade

Renée Couppat, guide de pays, vous emmènera à la découverte des espaces muséographiques à **Miremont** "Retour sur le passé", vie locale et traditions. Puis, découverte du patrimoine de Miremont, bourg, site église et château, lecture de paysages.

Déjeuner au **Bistrot de la Chazotte** sur la plage du plan d'eau des Fades Besserve

Tarif : 20 € par personne



Sophro'Aidants

Jeudi 23 juillet - 14 heures - Les Ancizes Comps

Proches aidants

Des séances de sophrologie animées par **Patricia Revardeau** pour trouver en vous les ressources nécessaires et accompagner au mieux votre proche ; pour préserver votre santé mentale et votre bien-être psychologique. Elles se poursuivront jusqu'en décembre.

➡ Un accueil des personnes malades est possible sur un atelier d'activités.





Sandrine Giacomazzi vous propose une façon originale de stimuler le corps et l'esprit en douceur. Du lâcher prise, de la détente, de la reconnexion à soi, aux autres, bref, une expérience à découvrir.

➡ Un accueil des personnes malades est possible sur un atelier d'activité.

INFOS PARTENAIRES



Nous vous donnons rendez-vous, un vendredi par mois, de 14h00 à 16h00, autour d'un thème.

PROGRAMME 2026

Vendredi 20 mars

J'aide un proche au quotidien

Vendredi 24 avril

Nos relations ont changé depuis que je l'aide

Vendredi 22 mai

Et moi dans tout ça, de quoi ai-je besoin ?

Vendredi 26 juin

Je découvre les relais possibles

Vendredi 25 septembre

Aider seul ou à plusieurs

Vendredi 23 octobre

Émotions et réactions, comment les gérer ?

Vendredi 20 novembre

Accompagner mon proche ... Oui mais à quelles conditions ?

Vendredi 18 décembre

Célébrer les petits bonheurs du quotidien



À cette adresse :

Le Poulailler
Piquat - 63210 Saint-Pierre-Roche



Contact :

06 03 75 09 15

prevention@coordination-issoire.fr

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



VOS BESOINS, NOS SOLUTIONS

Absence de l'aidant (rendez-vous médical) : accompagnement de la personne malade au domicile- Possibilité de relais plusieurs heures de suite - 5 heures par mois - 7 € de l'heure

Stimulation, socialisation personnes malades : ateliers d'activités en collectif par secteurs ; ludothèque, prêt gratuit de jeux, de tablettes numériques adaptées et accompagnement à l'utilisation pour le proche aidant ou les intervenants à domicile.

Détente, bien-être : séances de massage-détente et de soins détente à domicile pour les proches aidants et les personnes malades - 8 € la séance ; sorties, visites, balades.

Écoute, échanges : accompagnement psychologique individualisé, groupes entre aidants, visites à domicile.

Conseils pratiques : informations sur la maladie, les aides, les services à domicile du territoire, conseils administratifs.

Informations, formations : bibliothèque, brochures spécialisées. Le prêt est gratuit.



Vos interlocutrices

Marie-Ange Nénot
Coordinatrice

Anne Sophie Sibille
Assistante de soins

Pour se rencontrer :

Accueil à notre local :
Maison des Aidants en Combrailles
6 rue Mercière
63390 Saint Gervais d'Auvergne

Sur rendez-vous au local ou à domicile :

Tel. 07.50.65.60.72

Mail : repit@combrailles.com