https://www.saintsebastien.fr/solidarites/les-seniors/aide-aux-aidants/

Aide aux aidants

30 août 2022

Accompagner au quotidien un proche malade est difficile moralement et physiquement. Plusieurs dispositifs de soutien envers les aidants existent pour apporter écoute, échange, répit.

Des rendez-vous pour les aidants et pour les aidés

Le service Seniors, avec de nombreux partenaires et professionnel·les, propose depuis le mois de février 2026 un cycle de rendez-vous à destination des proches aidant·es et des personnes aidées. Certains temps sont spécialement dédiés aux aidant·es, d'autres sont à partager en duo. Communication, sommeil, art thérapie, médiation animale, sophrologie… entre autres, sont au programme. L'objectif est de permettre à chacun de souffler, couper du quotidien, renouer un lien autre plus plaisant.

Le service propose également de la **danse assise** avec l'association Trait d'Union, pour les aidant·es et les aidé·es. L'objectif est de partager un agréable moment, dans une ambiance conviviale, de bouger autrement et librement tout en favorisant son équilibre et sa coordination sans appréhension. Les **2 premiers lundis de chaque mois** à la Maison de la Petite Enfance de 11h à 12h.

Tous ces rendez-vous sont gratuits sur inscription auprès du service Seniors 02 40 80 85 75.

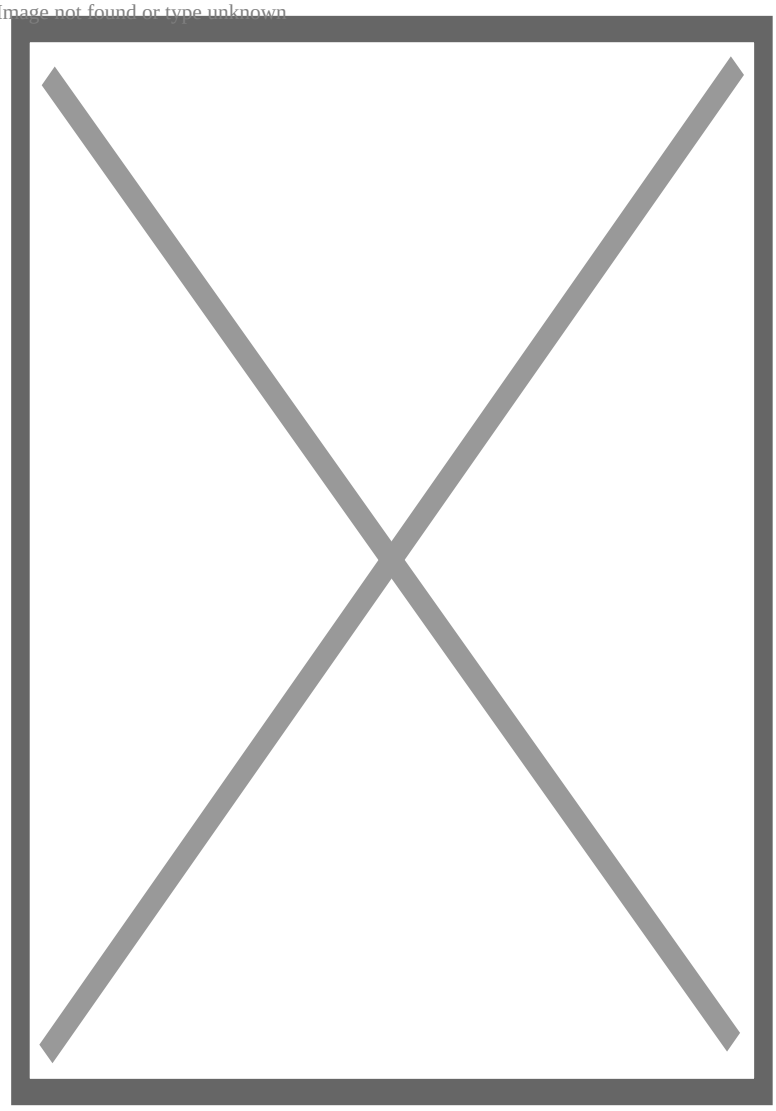
L'aide au répit

Vous avez envie de participer à l'une des activités réservés aux proches aidants ? Le CCAS propose une aide de financement complémentaire d'heures de répit à domicile pour vous permettre de vous libérer quelques heures pour prendre du temps pour vous. Le temps de votre absence, un service d'aide à domicile, une association… intervient à votre domicile pour partager un moment avec votre proche.
Instruction du dossier selon conditions de ressources par le service Seniors.

Programme

Cliquez sur l'image pour découvrir le programme

Image not found or type unknown



Le bistrot mémoire

Pour les personnes atteintes de maladie neurodégénératives et leurs aidants, le centre socioculturel de l’Allée Verte propose des échanges thématiques et des activités ludiques, une écoute chaleureuse, un soutien pour l’aidé comme pour l’aidant encadré par des acteurs formés (psychologue…), dans un bistrot de quartier.

- 2 mardis par mois de 15h à 17h
- Tél. : 02 40 33 16 88

La halte-relais Alzheimer

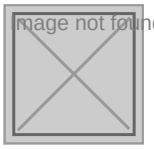
Pour les aidants de personnes touchées par la maladie d’Alzheimer, un accueil est proposé le quatrième vendredi de chaque mois. Les membres de l’association accueillent les familles qui s’occupent de personnes atteintes de la maladie d’Alzheimer ou d’une maladie apparentée.

Les aidants peuvent venir seuls ou accompagnés de la personne dont ils s’occupent. Ils ont la possibilité de participer aux activités, ou de s’absenter en confiant la personne malade à l’association, le temps de la séance.

- Permanences le 4e vendredi du mois de 14 h à 17 h (pas de permanence en juillet et août).
- Mail Karoly Szita (salle des Aînés)
- Tél. 02.40.12.19.19

L'aidantomètre

Etre présent pour un proche, l’aider dans ses démarches, l’accompagner à ses rendez-vous ou encore l’assister dans les gestes de la vie quotidienne, fait de vous un aidant. Mais il est parfois difficile d’évaluer l’impact de cet engagement sur votre vie personnelle, que ce soit sur le plan physique, moral ou organisationnel.
L’aidantomètre vous permet justement de faire le point sur votre situation. Il vous aide à **mesurer votre niveau d’implication et à identifier si vous avez besoin d’un accompagnement complémentaire ou de solutions de soutien adaptées.**
Le fonctionnement est basé sur un repère visuel clair :
– Vert : votre équilibre est maintenu
– Jaune : une attention particulière est nécessaire
– Rouge : il est recommandé de demander de l’aide
Cet outil permet de vous aider à mieux vous situer dans votre rôle et à ne pas rester seuls face aux difficultés éventuelles.



Contact

Service Seniors
7 rue du Petit Anjou
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

02 40 80 85 75

Écrire

Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h30
Jeudi : 13h30 - 17h30

- Contact