

## Les temps pour mieux comprendre (Vendredi 14h-16h)

**26 Avril**

La validation : une autre façon de se comprendre

**28 Juin**

Les maladies neuro-évolutives? quesaco?

**27 Septembre**

La communication non violente

**29 Novembre**

L'adaptation du logement : comment faire ?



### NOUS CONTACTER EHPAD PLATEFORME LES PASTOUREAUX

 Résidence les Pastoureux  
10 avenue Salvador Allende 94460 VALENTON

 Tél : 01 56 87 21 31  
Fax : 01 56 87 21 30

 [plateformederepit.valenton@orpea.net](mailto:plateformederepit.valenton@orpea.net)  
[www.orpea.com](http://www.orpea.com)

 Référentes :  
Maud Guilbert, Psychologue  
Floriane Guyon, directrice Pôle



## PLATEFORME DE RÉPIT (PFR)

Un dispositif pour les proches aidants



## Qu'est-ce que la plateforme de répit (PFR) ?

### Pour qui ?

La plateforme d'accompagnement et de répit (PFR) de la Résidence Les Pastoureaux est un dispositif à destination des proches aidant une personne en perte d'autonomie de plus de 60 ans. Sont considérés comme des aidants familiaux, toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présente(nt) une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non.

### Pourquoi ?

Face au constat d'épuisement de nombreux aidants et de la dégradation de leur propre état de santé, les plateformes d'accompagnement et de répit (PFR) leur apportent un soutien accru, en adéquation avec leurs besoins, par des professionnels formés. Si vous êtes en difficulté, la plateforme peut vous aider et vous accompagner.

### Comment ?

La plateforme d'accompagnement et de répit assure plusieurs missions : recensement de l'ensemble des prestations et services existant sur le territoire, communication auprès des partenaires pour repérer les aidants, information, écoute et soutien aux aidants, organisation d'un répit à domicile par une suppléance de l'aidant, proposition d'activités favorisant la vie sociale auprès du couple aidant/aidé.

### Quand ?

Tous les mardis de 10H à 17H, la plateforme vous propose une permanence, libre d'accès. Vous pourrez y rencontrer la psychologue coordinatrice avec une possibilité d'accueil de votre proche pendant ce temps.

## Nos grands rendez-vous



### LE CAFÉ DES AIDANTS

Véritable lieu de partage animé par une psychologue clinicienne le **premier mardi de chaque mois**, ouvert à tous, pour échanger avec d'autres proches autour des difficultés du quotidien dans une ambiance chaleureuse.



### LES ATELIERS EN BINÔME AIDANTS – AIDÉS

Un moment de partage, pour retrouver le plaisir d'être ensemble et de pratiquer une activité en commun.



### LA FORMATION AUX AIDANTS

Le **dernier vendredi du mois** des temps de formation vous permettent de mieux comprendre la perte d'autonomie de votre proche.

## Programme – 2024

### CAFE DES AIDANTS (Mardi 14h30-16h)

9 Janvier

Le burn-out de l'aidant

6 Février

Les mesures de protection

5 Mars

Les approches non médicamenteuses

2 Avril

La communication

7 Mai

Les formes de dépendance



4 Juin  
Si on partait en vacances?

2 Juillet  
L'aide aux aidants

3 Septembre  
L'institution : par quoi commence t-on?

1er Octobre  
Reconnaitre les signes de dépression

5 Novembre  
Les chutes

3 Décembre  
Les fêtes : quel est le bon rythme?