

Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants



« Aux Lucioles »

Programme Estival 2024

Juillet et Août 2024



POUR TOUS LES SECTEURS

UN SEJOUR A CLUNY

Dimanche 29 et Lundi 30 septembre 2024

Une escapade adaptée de deux jours pour découvrir Cluny accompagnée par deux animatrices.

Couple
aidant/aidé

Participation
50 € /personne

LA VALISE DES AIDANTS

Nous vous prêtons pendant 3 semaines gratuitement une valise composée de différentes activités et jeux.



Si vous souhaitez emprunter la valise, contactez nous

04 81 91 91 30

SECTEUR MIRIBEL / MEXIMIEUX



PAPOTHE

Atelier culinaire

« Bien s'organiser en cuisine »

Venez profiter d'une séance d'information sur la nutrition et participer à un atelier culinaire

Lundi 08 juillet de 14h à 16h30

Pour Tous

Lieu : Institution Joséphine Guillon - le Cèdre,
80 avenue Joséphine Guillon 01700 Miribel

PAPOTHE

Pique-nique et ballade au parc de Miribel
Repas tiré du sac



Lundi 26 Août 2024 de 12h à 16h

Lieu : parc de Miribel - Jonage

Pour
Tous

HALTE RÉPIT A MIRIBEL

Les mardis et les jeudis de 12h à 16h30

Vous avez besoin de temps libéré? Confiez nous votre proche pour quelques heures ou une demi-journée. Une professionnelle lui proposera des activités occupationnelles .

UNIQUEMENT SUR INSCRIPTION au 04 81 91 91 30

Lieu : Aux Lucioles - 83 rue des Terreaux 01700 Miribel

Participation

8 € la demi journée

10 € la demi journée + repas

SECTEUR REYRIEUX / VAL DE SAONE

PAPOTHE

Pique-nique et ballade au parc de Jassans - Riottier
Repas tiré du sac



Lundi 1er Juillet 2024 de 12h à 16h

Lieu : parc de loisirs- 15 avenue de la plage, 01480 Jassans Riottier

Pour Tous

JEUX DE SOCIETES

Venez nous retrouver pour un moment ludique et convivial

Lundi 05 Août 2024 de 14h à 16h

Pour
Tous

Lieu : Aux Lucioles - rue du collège 01600 Reyrieux

SECTEUR CHATILLON-SUR-CHALARONNE



ATELIER SMOOTHIES

Préparons ensemble de délicieux smoothies rafraichissants pour
vitaminer votre après-midi!

Lundi 22 Juillet 2024 de 14h à 16h

Pour
Tous

Lieu : EHPAD la Montagne , 366 route de relevant
01400 Chatillon s/ Chalaronne

Participation
5€ /personne

MULTI-REFLEXOLOGIE

Venez profiter d'un moment de détente où vous pourrez choisir
réflexologie plantaire, crânio-faciale, combinée ou palmaire.

Lundi 12 Août 2024 de 14h à 16h

Réservé aux
Aidants seuls

Lieu : EHPAD la Montagne , 366 route de relevant
01400 Chatillon s/ Chalaronne

Participation
5€ la séance

Réservés

aux

Aidants

GROUPES DE PAROLE 2024

Animés par la psychologue de la Plateforme, les groupes de parole se retrouvent une fois par mois. Ces rencontres permettent d'échanger sur les difficultés et les changements liés à la perte d'autonomie d'un proche en lien avec une pathologie du vieillissement, sur l'environnement familial, relationnel et personnel. Cet espace favorise le lien, le partage d'expériences entre aidants, permettant de trouver une écoute, une attention pour se sentir entouré et accompagné.

10 PERSONNES MAXIMUM

Uniquement sur inscription

Retrouvons nous
pour un petit
temps café

À 14h15

Avant le groupe de
parole

MEXIMIEUX



Lundi de 14h30 à 16h

Accès Salle Ludothèque - Bâtiment Cinéma l'Horloge

Place Lieutenant Giraud 01800 Meximieux

1er juillet 2024

REYRIEUX



Lundi de 14H30 à 16H

« Aux Lucioles »- Rue du collège

01600 Reyrieux

8 juillet 2024

CHATILLON S/ CHALARONNE



Lundi de 14H30 à 16H

EHPAD La Montagne, 366 route de Relevant

01400 Châtillon S/ Chalaronne

15 juillet 2024

POUR TOUTES LES ACTIONS :

UNIQUEMENT SUR INSCRIPTION / NOMBRE DE PLACE LIMITE

POUR ENCORE MIEUX VOUS AIDER :

- PERMANENCE TELEPHONIQUE : 04 81 91 91 30, du lundi au vendredi de 9h à 17h
- TEMPS D'ECHANGES : Tous les lundis sans RDV de 9h à 11h30 « Aux Lucioles » à Reyrieux
- TRANSPORT POSSIBLE: Selon le secteur d'habitation, la place disponible et si vous n'avez pas de possibilité Sur demande et sur inscription 2€/personne transport aller-retour
- ACCUEIL PARENTHÈSE : Pour accueillir votre proche pendant votre activité réservée à l'aidant seul. Participation : 3€
- ANIMATION A DOMICILE : Une activité occupationnelle à domicile-3 séances d'1h30 - 3€ de l'heure- sur inscription.

Si vous souhaitez participer à une action, inscrivez-vous!



Plateforme de répit « Aux Lucioles » Siège : « Aux Lucioles »

Rue du collège 01600 Reyrieux 04 81 91 91 30 - mail : plateforme@auxlucioles.fr