Le temps libéré à domicile :

Ce dispositif, proposé par le Fil Rouge Alzheimer, s'adresse aux aidants familiaux qui accompagnent un proche ayant une maladie neurodégénérative. Il permet de vous libérer du temps de manière ponctuelle (temps de loisirs, rendez-vous médicaux, obligations familiales...) en toute tranquillité.

Un professionnel formé viendra vous relayer à domicile le temps de votre absence et restera aux côté de votre proche aidé.

Chaque demande fera l'objet d'une évaluation afin de trouver une formule et un professionnel adaptés à vos besoins et à votre situation.

Tél 07.50.55.55.61 Manon TRUFAUT coordinatrice

Tél : 07.81.12.52.68
E-mail : filrougealzheimer@gmail.com

Mesdames, Messieurs,

Vous trouverez ci-dessous l'ensemble de nos actions à destination des personnes ayant une maladie neurodégénérative et de leurs aidants familiaux

Accompagnement social
Accompagnement psychologique individuel et sur rendez-vous avec :
Cécile CLASS ou Jennifer PARTINGTON

Ateliers la tête et les jambes à destination des personnes ayant une maladie neurodégénérative et leurs aidants. Ce dispositif thérapeutique non médicamenteux combine des ateliers de stimulation cognitive (animé par une neuropsychologue) et d'activité physique (animé par un éducateur médico-sportif).

- Le mardi MDQ Pin Vert (Aubagne)
- Le mercredi à Carnoux
- Le jeudi à Roquevaire
- Le vendredi à Gémenos

De 9h à 11h30
Coordonnés par la psychologue
Inscription obligatoire au 07.81.12.52.68

Les ateliers de sophrologie à destination des aidants familiaux uniquement. En vous laissant guider par la voix de la sophrologue, vous apprendrez, grâce à des exercices de respiration et de visualisation, à développer vos propres ressources afin d'améliorer la relation aux autres et à vous-même. Les dates de reprise sont les suivantes :

- Reprise en mars 2023 de 9h30 à 11h à La Ciotat
- Reprise en mars 2023 de 14h30 à 16h à Aubagne

Animé par Anne GIL et coordonnés par la psychologue

Les séances de formation à destination des aidants familiaux uniquement. Ces séances pourront vous apporter des informations sur les maladies neurodégénératives, des outils pour la gestion de la vie quotidienne, des conseils pour gagner en qualité de vie et de relation avec le proche aidé. Ces formations se déroulent sur 5 séances de 3h à raison d'une fois par semaine. Les dates de démarrage des prochaines formations sont les suivantes :

- Le samedi en juin de 9h à 12h à Aubagne
- Le mardi en mars de 14h à 17h à La Ciotat

Animée par Elodie CAMOIN et des intervenants ponctuels
Coordonnés par la psychologue

Les rencontres mensuelles à destination des aidants familiaux uniquement. L'objectif de ces rencontres est de vous permettre d'échanger sur vos difficultés, vos questionnements et de bénéficier d'un moment de répit au sein duquel il vous est donné l'opportunité de vous exprimer en toute liberté. Ces séances ont lieu une fois par mois d'octobre 2022 à juin 2023.
Inscription auprès de Jennifer PARTINGTON et Cécile CLASS.

Les sorties :

Le Fil Rouge Alzheimer organise des sorties à visée culturelles au cours de l'année et des sorties de bien-être durant l'été. Ces dernières peuvent-être à destination de l'aidant seulement ou du couple aidant-aidé.

- Les sorties destinées à l'aidant seulement vous permettent de vous autoriser à prendre du répit, une journée de bien-être, de la distance avec la maladie de votre proche.
- Les sorties avec son proche donnent la possibilité, malgré la maladie, de vivre un moment agréable. Nous vous proposons de partager avec votre proche aidé un moment de loisirs dans un contexte différent du quotidien.