



Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants



ACCOMPAGNEMENT DES PROCHES-AIDANTS DE PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES

Vous aidez un proche souffrant de troubles cognitifs et/ou atteint d'une maladie neurodégénérative ?

Vous jouez un rôle majeur dans l'accompagnement de ce parent ?

L'arrivée de la dépendance affecte de manière significative non seulement la vie de votre parent mais également la vôtre. La relation d'aide peut alors engendrer de l'incompréhension, des conflits, de la fatigue, et parfois du découragement.

Vous pouvez être accompagnés !

**Nous sommes là
pour vous aider !**

Contactez la plateforme

COORDONNATRICE : JULIE CABANNE

PAR TÉLÉPHONE

05 61 84 30 69

Du lundi au vendredi
de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h

PAR MAIL

plateforme@afc31.fr

SUR RENDEZ-VOUS À L' AFC

Z.A. de l'Ormière, lot 28,
31380 MONTASTRUC-LA-CONSEILLÈRE

PLUS D'INFOS SUR www.afc31.fr



ACCOMPAGNEMENT • SOUTIEN • RÉPIT
INFORMATION • ÉCHANGES • ÉCOUTE

TÉLÉPHONE : 05 61 84 30 69 / MAIL : plateforme@afc31.fr

Avec le soutien de :





L'AFC vous aide à accompagner votre proche malade.

Pour qui ?

Les **proches aidants** (conjoint, enfants, proches) de personnes atteintes de **maladies neurodégénératives** (Alzheimer, Parkinson...).

Pourquoi ?

- Lutter contre **l'épuisement**
- Favoriser le maintien de la **vie sociale** et relationnelle
- Favoriser le **maintien à domicile**



Comment ?

L'accompagnement individuel

Informations et conseils :

La **coordonnatrice** vous accompagne dans votre rôle d'aidant et vous informe des aides possibles.

Soutien psychologique :

La **psychologue de la plateforme** vous propose des entretiens individuels.

Réflexothérapie :

3 séances de réflexothérapie ayant pour objectif la diminution du stress vous sont proposées.

L'accompagnement collectif des aidants

Formations :

4 après-midi informatives animées par l'équipe de la plateforme.

Pauses café :

Groupes de paroles et d'échanges animés par la psychologue.

Conférences et réunions d'information :

Organisées ponctuellement par l'équipe et des professionnels du secteur médico-social.

Sorties culturelles :

Musées, spectacles...

Cycles de sophrologie :

Cycles de 10 séances d'une heure.

L'accompagnement collectif des aidés

Ateliers :

Proposés **en parallèle des ateliers pour les aidants**.

Les activités proposées sont gratuites !



Notre territoire d'intervention

Canton de Castelginest, Pechbonnieu, Fronton, Villemur-sur-Tarn, Toulouse 10 (excepté Toulouse), une partie du Canton de Revel, Communes tarnaises limitrophes.

Nos autres services



Accueil de Jour



Équipe Spécialisée Alzheimer (ESA)



Service de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)



Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD)

Nos partenaires

- Agence Régionale de Santé
- Conseil Départemental et Maisons Des Solidarités
- MAIA
- Caisses de Retraite Générales et Complémentaires
- Associations de maintien à domicile
- Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes
- Associations d'utilisateurs
- Hôpitaux, cliniques, médecins et infirmiers libéraux...