

PROGRAMME

JUILLET à SEPTEMBRE 2026

ALFa Répit

LE RELAIS DES AIDANTS

Secteur Nord Loire



02 40 66 94 58

contact@alfarepit.fr

Site internet : www.alfarepit.fr



ECHANGER, S'INFORMER, PARTAGER : Café répit



Un rendez-vous **ouvert à tous** pour **échanger et s'informer** sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Le Café répit permet de se retrouver dans un lieu convivial autour d'un verre, d'un thé ou d'un café et d'exprimer ses préoccupations en **rencontrant d'autres aidants**. Un thème différent est proposé à chaque rencontre pour faciliter les échanges. Une professionnelle du Relais des aidants anime ces rencontres.

VAY Salle Léon Chiron – 1 rue principale

1^{er} mercredi du
mois
14H30-16H30

2 septembre – Je m'agace, je m'énerve, est-ce normal ?

BLAIN Salle CEV – rue Alcoutim

3^{ème} jeudi du mois
14H30-16H30

17 septembre - Les compétences des aidants

CHÂTEAUBRIANT Salle d'activité du Foyer restaurant – 9 Esplanade des Terrasses

4^{ème} jeudi du mois
14H-16H

24 septembre – Les compétences des aidants



SE RESSOURCER, PRENDRE SOIN DE SOI Pour continuer à prendre soin de l'autre



ATELIERS CUISINE



Venez partager un moment convivial, éveillez vos papilles et développez vos talents culinaires !

NOZAY – Salle de l'Orée des jardins- 15 impasse des 5 baies-entrée par le boulevard Hillereau

mardis de 11h à 14h

21 juillet

15 € / couple

Ateliers animés par une diététicienne





COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER



ENTRE AIDANTS : Echanger, Souffler, S'informer...

MOISDON LA RIVIERE : salle ST Louis – rue de Bel Air

14H30 à 16h30

Vendredi 3 juillet



MOISDON LA RIVIERE : Maison de Santé Pluriprofessionnelles – 35 rue de Bel Air

14H30 à 16h30

Vendredi 10 juillet

Mercredi 15 juillet

Vendredi 24 juillet



Ateliers animés par ALFa Répît



SE DETENDRE, SE RENCONTRER

RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Un moment partagé avec son proche : promenade, animation

SAINT-LYPHARD : jeudi 16 juillet

RDV à 12h

Lieu : Lac de Saint-Lyphard – Brières du Bourg

Pique-nique et Jeux extérieurs

10€ / couple ou duo



NOTRE DAME DE GRACE: mardi 25 août

RDV à 10h30

Lieu : écluse de Melneuf

Concert et pique-nique

10€ /couple ou duo



MESQUER: jeudi 10 septembre

RDV à 14h30

Dégustation d'huitres à Kercabellec

12€ /couple ou duo



SION-LES MINES : mercredi 23 septembre

RDV à 14h30 au 6,

Lieu : La Hunaudière

Technique du moulage au sable, visite et histoire du site, coulée du métal en fusion

5€/couple ou duo



Toutes nos activités sont sur inscription
au 02.40.66.94.58

NOS OFFRES DE RÉPIT

Solution de répit destinée aux aidants qui accompagnent un proche à leur domicile

REPIT A DOMICILE



Renseignements au :
02.40.66.94.58

Répit DOM

En partenariat avec l'ADAR

De 2h à 5h/jour
20h sur l'année



Pause répit

Avec 1 professionnel d'ALFa Répit

De 1h à 8h/jour
Jusqu'à 5 fois/trimestre

Tarif : de
14€30
forfait après-midi

HALTE REPIT Inscription et renseignements : 02.40.66.94.58
Sur réservation selon les places disponibles

Un lieu d'accueil

Activités occupationnelles

Occasionnel et souple pour les personnes majeures malades et/ou en situation de handicap présentant ou non des troubles cognitifs

Jeux de société, de mémoire, activités artistiques et créatrices, motrices,...

VAY

Maison Boulo -1 rue principale



Lundi/Mercredi : 13h30 à 17h30

ERBRAY

14 rue de la Garlais 28 rue du rocher



Jeudi : 13h30 à 17h30

DERVAL

14 rue de la Garlais



Vendredi : 13h30 à 17h30



RELAYAGE À DOMICILE



Renseignements au
02.40.53.99.99

Tarif : 7€/heure- tarif 2024

Service co-porté par : ALFa Répit, l'ADMR
et l'APEI ouest 44
poledesaidantsapeouest44.fr

**Vous souhaitez nous rencontrer,
Prenez rendez-vous, nous vous recevrons proche de chez vous**