

## La Pause-Café des Aidants

Lors de ce temps convivial, les aidants familiaux partagent leur vécu, leurs interrogations et réflexions relatives à l'accompagnement de leur proche au quotidien. Ils s'échangent des conseils et se soutiennent afin de rompre l'isolement et prévenir l'épuisement.

Ces rencontres sont animées par Cécile Diaz-Roufousse, psychologue clinicienne spécialisée en gériatrie, et Mélanie Salvagiotti, conseillère en économie sociale et familiale en fonction des thématiques.

D'autres professionnels sont invités de manière ponctuelle pour aborder un sujet spécifique.

*Si vous le souhaitez, vous pouvez venir accompagné de votre proche malade.*

*Il sera accueilli en relais-animation pendant que vous participez à la Pause-Café.*

## Le Relais-Animation

Dans une ambiance conviviale, votre proche participera aux animations proposées par une Assistante en Soins Gériatriques (musique et chant, ateliers d'expression, loto...).

**Inscription obligatoire**

**Participation gratuite**

Préalable : un entretien avec la coordinatrice pour évaluer si le Relais-Animation est adapté aux besoins de votre proche.



## Programme de La Pause-Café des Aidants au Domaine de la Cadène de 15h00 à 17h00

Des thèmes en lien avec les problématiques vécues au quotidien sont proposés. Cependant toutes les préoccupations que vivent les proches aidants peuvent être évoquées lors de ces temps d'échanges.

### ◆ Vendredi 23 septembre 2022

*« Être AIDANT... »*

*« Qu'est-ce que cela signifie au quotidien ? »*

### ◆ Vendredi 14 octobre 2022

*« Tous ces sentiments que je vis au fil de l'accompagnement de mon proche ... »*

### ◆ Vendredi 25 novembre 2022

*« Face aux troubles de mon proche, comment l'orthophoniste peut-il nous aider ? »*

Avec l'intervention de Mme Bénédicte Cavalié, orthophoniste

### ◆ Vendredi 9 décembre 2022

*« Et si nous nous faisons aider, mon proche et moi, par des professionnels ? »*

Avec l'intervention de professionnels de la Maison des Solidarités des Minimes

### ◆ Vendredi 21 janvier 2023

*« La maladie bouleverse notre relation, nos relations familiales... »*

### ◆ Vendredi 10 février 2023

*« Nous pensons aux démarches pour un hébergement temporaire et/ou permanent en maison de retraite. Quelles sont les démarches pour effectuer une demande et déposer un dossier ? »*

Avec l'intervention de professionnels au sujet de « Via Trajectoire »

### ◆ Vendredi 17 mars 2023

*« S'ajuster jour après jour... »*

### ◆ Vendredi 14 avril 2023

*« Et ma propre santé ? Comment j'en prends soin... ? »*

Avec l'intervention d'une professionnelle dépistage de la fragilité (Icope)

### ◆ Vendredi 12 mai 2023

*« Une petite pause pour prendre soin de moi... »*

### ◆ Vendredi 16 juin 2023

*« A travers l'accompagnement de mon proche, moi aussi j'ai changé... »*

*« Qu'ai-je découvert, qu'ai-je appris ? »*

## La Pause-Café des Aidants

Un moment d'échange, de rencontre ,  
un espace-ressource, pour :

- Rencontrer d'autres aidants
- Partager son expérience, exprimer son vécu
- Trouver des informations
- Faire une pause et prendre du recul

...rompre l'isolement et  
prévenir l'épuisement...

La Pause-Café des Aidants et  
le Relais-Animation sont animés par des  
professionnels du Domaine de la Cadène.

Des intervenants spécialisés sont invités à  
certaines rencontres (médecin, paramédicaux,  
équipe territoriale du conseil départemental,  
associations...)

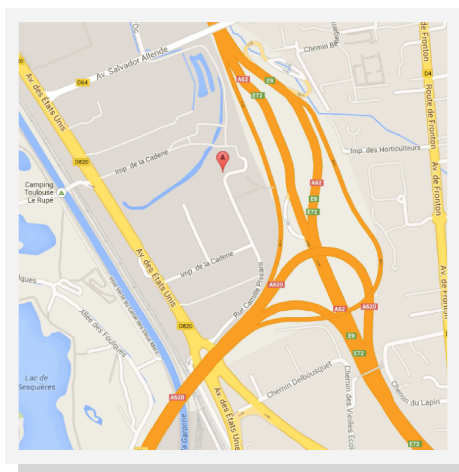
Ce projet est soutenu  
par l'Agence Régionale de la Santé

Lieu de la Pause-Café des Aidants :

Domaine de la Cadène

15, impasse de la Cadène

31200 TOULOUSE



### Accessibilité :

- En voiture : Parking gratuit (Entrée 15, impasse de la Cadène)
- En métro : Ligne B, jusqu'à la station « La Vache ». Puis bus ligne 59, arrêt « Rupé ». Entrée 334, avenue des Etats Unis.

### Renseignements et Inscriptions :

Tél : 05.34.40.43.70

ou

plateforme@lacadene.fr

www.domainedelacadene.fr



DOMAINE DE LA CADENE



Association Notre-Dame de Joie

DOMAINE DE LA  
CADÈNE

ETABLISSEMENT GERIATRIQUE  
DOMAINE DE LA CADENE

Plateforme d'Accompagnement  
et de répit des aidants

## Pause-Café des Aidants



Un moment d'échanges  
d'accès libre et gratuit  
destiné aux proches aidants  
soutenant

une personne fragilisée par des pertes cognitives,  
une maladie d'Alzheimer ou apparentée, une  
perte d'autonomie à domicile.

Un vendredi après-midi par mois  
de 15h00 à 17h00  
au Domaine de la Cadène