

En dehors des sorties de groupe où une contribution financière peut vous être demandée, toutes les activités et animations proposées à la Maison des aidants sont gratuites.

Et mon proche aidé, pendant ce temps ?

Pour vous permettre de profiter sereinement de certaines activités, un accueil de votre proche aidé au sein d'une structure partenaire (CIF-SP, atelier Cord'âges, plateformes de répit...) peut vous être proposé le temps des animations. Renseignez-vous à la Maison des aidants.

LA MAISON DES AIDANTS*
Salle municipale Pierre Sabourin
86180 BUXEROLLES

06.09.51.80.67

Permanences téléphoniques du lundi au vendredi,
de 9h à 12h et de 14h à 17h
Accueil physique et visites à domicile sur RDV

maisondesaidants@buxerolles.fr

Pour venir en bus : arrêt Buxerolles Mairie, lignes 3, 10 et 13
Programme des animations disponible sur : buxerolles.fr

*Certaines activités peuvent être programmées dans d'autres lieux de la commune.
La localisation de chaque animation est précisée sur notre programme trimestriel.

LA MAISON DES AIDANTS



Vous veillez sur eux ? Nous veillons sur vous...

Un tout nouvel espace d'accueil, d'information et de soutien pour les proches aidants des personnes âgées, malades ou en situation de handicap...

Qu'on l'appelle proche aidant ou aidant familial, un aidant, c'est tout simplement une personne qui, à titre non-professionnel, apporte une aide régulière à l'un de ses proches, conjoint, enfant, frère, sœur, ami ou même voisin.



Être aidant, c'est donc, jour après jour, semaine après semaine, consacrer une grande partie de son temps libre à s'occuper d'une personne ayant besoin d'assistance dans tout ou partie des gestes de la vie quotidienne. Un engagement aussi nécessaire que précieux mais qui n'est pas sans conséquence sur la qualité de vie et la santé des personnes aidantes.

UNE MAISON DES AIDANTS, POUR QUOI FAIRE ?

La France compte aujourd'hui 11 millions d'aidants. C'est pourquoi la commune de Buxerolles a souhaité mettre en place un lieu ressource, pour tous les aidants du territoire.

Tout au long de l'année, la Maison des aidants vous propose :

- des temps d'écoute sous forme d'entretiens individuels, ayant pour objectifs d'apprendre à vous connaître, de cerner les difficultés de votre vie d'aidant et de vous orienter vers les bons acteurs ;
- des conseils et des informations sur les différentes aides et ressources disponibles sur le territoire ainsi qu'un accompagnement dans vos démarches ;
- des permanences thématiques organisées par nos partenaires associatifs et institutionnels.

Au-delà de l'accueil individuel, la Maison des aidants, c'est avant tout un lieu de convivialité et de partage où chacun peut venir se confier, échanger avec ses pairs, boire un thé ou participer à une animation collective. Chaque trimestre, vous est ainsi proposé un programme d'animation conçu autour de trois grands objectifs :



L'expertise : des formations, des groupes de parole, des cafés d'échange animés par des spécialistes pour devenir expert de l'aidance familiale (aides techniques, aides financières, séjours de répit, structures d'accueil, aide à domicile...) ;



Le lâcher-prise : des activités en petit groupe (yoga du rire, sophrologie, respiration de pleine conscience, art-thérapie...) pour favoriser le bien-être corporel, retrouver l'estime de soi, apprendre à se relaxer ou tout simplement partager un bon moment entre aidants ;



La vie sociale : retrouvez une vie sociale au travers de sorties en groupe (cinéma, théâtre, musée, restaurant...) ou de temps de détente partagés (café des aidants, soirée jeux, club de lecture, ateliers d'écriture...).

