

MAISON DES AIDANTS EN COMBRAILLES

L'INFO MENSUELLE
DE LA PLATEFORME
D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT
DES COMBRAILLES

N°58 - NOVEMBRE 2025

Conférence CLIC
**« Et demain ? Comment
t'accompagner sans me perdre »**
Lundi 3 novembre
Riom

La parole aux aidants
Lundi 3 novembre - 14 h - Loubeyrat
Mardi 4 novembre - 14 h - Les Ancizes
Mercredi 26 novembre - 18 h 30 - Pontgibaud

Sophro'Aidants
Jeudi 20 novembre
Saint Gervais d'Auvergne

Sortie à Moulins
**Centre National du Costume et de
la Scène**
Mardi 25 novembre

Une nouvelle arrivante, Emma ...
Psychologue du service

**Ateliers d'activités pour les
personnes malades**
8 ateliers
6 secteurs

L'AGENDA DU MOIS

**Pour toutes les rencontres/ateliers/sorties :
gratuit, transport possible, sauf indication contraire
Inscription obligatoire au 07-50-65-60-72**

Sophro'Aidants

Jeudi 20 novembre - 14 h - Saint Gervais d'Auvergne

Proches Aidants

Des séances de sophrologie animées par Patricia Revardeau pour trouver en vous les ressources nécessaires et accompagner au mieux votre proche ; pour préserver votre santé mentale et votre bien-être psychologique.

Un accueil des personnes malades est possible en parallèle sur un atelier d'activités.



Ateliers d'activités adaptées par secteur

Mercredi 26 novembre - 14 heures - Lapeyrouse

Lundi 3 et 24 novembre - 14 heures - Loubeyrat

Jeudi 27 novembre - 14 heures - Youx

Mardi 18 novembre - 14 heures - Giat

Vendredi 14 novembre - 14 heures - Pontaumur

Mardi 4 et lundi 17 novembre - 14 heures - Les Ancizes Comps

Personnes malades



Accueil des personnes malades au sein d'un groupe d'activités, jeux, discussions, activité physique adaptée, relaxation, sorties, visites, etc ...

La parole aux aidants "en journée ou en soirée"

Lundi 3 novembre - 14 h - Loubeyrat

Mardi 4 novembre - 14 h - Les Ancizes

Mercredi 26 novembre - 18 h 30 - Pontgibaud

Proches Aidants

La Plateforme d'Accompagnement et de Répit propose deux formules de rencontres ouvertes aux proches aidants :

- Rencontres à 14 h, avec possibilité si nécessaire d'accueil de la personne malade sur un atelier d'activité en parallèle
- Rencontre à 18 h 30 sur un horaire adapté aux proches aidants en activité, et ouvert à tous.

Autant d'occasions de s'exprimer sur le quotidien, son vécu d'aidant, et d'avoir des informations sur les dispositifs existants, l'accompagnement administratif ou encore la gestion des troubles dus à la maladie.



Sortie à Moulins -

Centre National du Costume et de la Scène

Mardi 25 novembre - Départ 10 h

Proches aidants
accompagnés ou pas
de la personne malade

Cette exposition événement intitulée Christian Lacroix en scène est une plongée dans l'univers fascinant de Christian Lacroix, dont les œuvres ne cessent d'émerveiller le public. Artiste visionnaire, célèbre pour son style flamboyant et baroque, il se consacre depuis plusieurs années à la création de costumes pour le théâtre, l'opéra et la danse.

10 heures : Départ

12 heures : Déjeuner au restaurant Café Brasserie

14 h 30 : Visite guidée et déambulation libre

Transport prévu

Places limitées

Tarif 20 € par personne



UNE NOUVELLE ARRIVANTE, EMMA ...

Peut-être avez-vous comme un air de déjà-vu en lisant ces lignes...et vous avez raison ! Ma prédécesseuse vous avait adressé un message semblable. Aujourd'hui, c'est à mon tour de me présenter.

Je m'appelle Emma et je suis psychologue au sein de la Plateforme de Répit (PFAR), du Service de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD) et de l'Equipe Spécialisé Alzheimer (ESA) depuis octobre 2025.



Ma mission ? Accompagner les personnes qui en ressentent le besoin, quel qu'en soit le motif.

On associe parfois encore le psychologue à des idées reçues... Pourtant, la santé mentale est aussi essentielle que la santé physique. Elle repose sur un équilibre parfois fragile, surtout lorsque l'on accompagne un proche malade, et c'est pourquoi je peux être disponible pour vous.

Être aidant, c'est faire preuve de courage, de patience et de dévouement. Mais c'est aussi parfois s'oublier un peu soi-même. Mon rôle est ainsi de constituer une ressource que vous pouvez solliciter à tout moment afin que vous aussi, vous puissiez être aidés, soutenus et écoutés, au même titre que vous aidez si bien votre proche.

Alors si vous en ressentez le besoin, n'hésitez pas à me contacter, ou à en parler à vos interlocutrices. Je peux vous proposer un espace confidentiel et bienveillant, un temps pour parler, échanger, rire, pleurer... ou simplement souffler. Ces entretiens peuvent être ponctuels ou plus réguliers selon vos besoins. Je m'adapte à vos disponibilités : entretiens à mon bureau à St-Gervais, à domicile ou encore par téléphone. Ce soutien est totalement gratuit.

Au plaisir de pouvoir vous rencontrer,

Emma Cros 06 47 80 20 59

(Présente les lundis, mercredis et vendredis en semaines impaires)

ET DEMAIN, COMMENT T'ACCOMPAGNER SANS ME PERDRE

Conférence « Et demain ? Comment t'accompagner sans me perdre »

Certaines pertes ne sont pas marquées par une absence physique, mais par une transformation du lien : une personne que l'on aime est toujours là, mais la maladie change profondément ses comportements, nous n'arrivons plus à communiquer, voire elle ne nous reconnaît plus.

Cette conférence propose de mettre en lumière ce type de vécu souvent peu reconnu. Comment continuer à aimer, à accompagner, sans s'effacer soi-même ? Comment préserver ce qui peut l'être, sans s'épuiser ? Des pistes concrètes seront proposées pour aider à traverser cette forme d'absence invisible, tout en restant relié — à l'autre, à soi, à la vie.

Organisée par le
CLIC de Riom

Lundi 3 Novembre 2025
14h00-16h00

Au CLIC 51 Rue Lafayette
63200 RIOM

Inscription obligatoire
participation gratuite
auprès du CLIC au
04 73 33 17 64.

VOS BESOINS, NOS SOLUTIONS

Absence de l'aidant (rendez-vous médical) : accompagnement de la personne malade au domicile- Possibilité de relais plusieurs heures de suite - 7 € de l'heure

Stimulation, socialisation personnes malades : ateliers d'activités en collectif par secteurs ; ludothèque, prêt gratuit de jeux, de tablettes numériques adaptées et accompagnement à l'utilisation pour le proche aidant ou les intervenants à domicile.

Détente, bien-être : séances de massage-détente et de soins détente à domicile pour les proches aidants et les personnes malades - 8 € la séance ; sorties, visites, balades.

Écoute, échanges : accompagnement psychologique individualisé, groupes entre aidants, visites à domicile.

Conseils pratiques : informations sur la maladie, les aides, les services à domicile du territoire, conseils administratifs, formation informatique.

Informations, formations : bibliothèque, brochures spécialisées. Le prêt est gratuit.



Vos interlocutrices

Marie-Ange Nénot
Coordinatrice

Anne Sophie Sibille
Assistante de soins

Pour se rencontrer :

Accueil à notre local :

Maison des Aidants en Combrailles
6 rue Mercière
63390 Saint Gervais d'Auvergne

Sur rendez-vous au local ou à domicile :

Tel. 07.50.65.60.72

Mail : repit@combrailles.com