

L'AGENDA DU MOIS



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

Atelier adapté autour de la danse

Lundi 4 et 18 mai - 14 heures - Saint Gervais d'Auvergne

Personnes malades



En compagnie de *Geneviève et Anne Sophie*, animé par la *Compagnie ARKHÉ* dans le cadre du projet *Comb'Image du Smad des Combrailles*.

Ateliers d'activités adaptées par secteur

Mardi 12 mai - 14 heures - Loubeyrat

Jeudi 7 et 21 mai - 14 heures - Les Ancizes

Mardi 26 mai - 14 heures - Giat

Mercredi 6 mai - 14 heures - Lapeyrouse

Lundi 11 mai - 14 heures - Youx

Personnes malades

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



Sortie balade restaurant

Mardi 5 mai - 10 h 30 - Les Ancizes Comps

Proches aidants
accompagnés ou pas
de la personne malade



Balade adaptée au bord du plan d'eau Les Fades Besserve,
suivi d'un déjeuner au restaurant "La Vieille Ferme"

Tarif : 20 € par personne

Sophro'Aidants

Jeudi 7 et 21 mai - 14 heures - Les Ancizes Comps

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. Elles se poursuivront jusqu'en décembre.

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

Proches aidants





Sandrine Giacomazzi vous propose une façon originale de stimuler le corps et l'esprit en douceur. Du lâcher prise, de la détente, de la reconnexion à soi, aux autres, bref, une expérience à découvrir.

➡ Un accueil des personnes malades est possible sur un atelier d'activité.

La Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Combrailles fête ses 10 ans !

La Maison des Aidants en Combrailles, Plateforme d'Accompagnement et de Répit du Smad des Combrailles a ouvert en août 2016. Ce sera cette année l'occasion de fêter sa dixième année d'existence autour d'un évènement convivial.

A noter sur votre calendrier le **MARDI 6 OCTOBRE 2026**.



CONFÉRENCE NUTRITION ET SOMMEIL

Le CIAS Chavanon Combrailles et Volcans, en partenariat avec l'Agirc-Arrco proposent une conférence "Nutrition et sommeil", deux piliers fondamentaux pour rester en bonne santé : quel rôle pour la santé ; bonnes pratiques ; facteurs de risques. La conférence est animée par le Eva Almeida, médecin directeur du Centre de Prévention Agirc-Arrco ; et suivie d'une collation et d'un temps d'échange.

Judi 21 mai à 14 h 30
Salle des fêtes d'Herment

Gratuit - Tout Public

Inscription recommandée auprès du CIAS au 04-73-79-70-70 ou cias@ccvcommunaute.fr

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 - 5 heures par mois - 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.

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