

EN RÉSUMÉ

Vous résidez dans le Cher, et vous prenez soin d'un proche vivant à domicile qui souffre de la maladie d'Alzheimer ou apparentée, de la maladie de Parkinson, ou de la sclérose en plaque.

A vous, les héros solitaires du quotidien, vous avez aussi le droit de faire une pause !

Notre plateforme est là pour vous écouter et vous accompagner vers une meilleure qualité de vie en tant qu'aidant.

Ensemble, nous travaillerons sur une solution adaptée à vos besoins, que ce soit pour vous fournir des informations, du soutien, trouver des solutions de relais, ou vous offrir du répit.

NOUS CONTACTER

Pour tout renseignement ou prise de rendez-vous :



02 48 23 77 49



plateformederepit.taillegrain@ch-bourges.fr

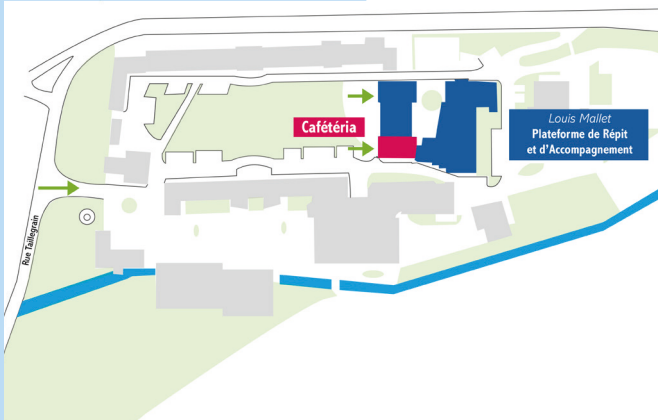
En cas d'absence, merci de laisser un message afin que nous vous recontactions.

ACCÈS

Service qui se situe dans les locaux de l'Accueil de Jour
« Les Jardins de Jacques Cœur »
Site de Taillegrain



SITE DE TAILLEGRAIN



CENTRE HOSPITALIER JACQUES CŒUR

Centre de Gériatrie des Prés Fichaux
6 rue Taillegrain
18020 Bourges Cedex

02 48 23 77 49
www.ch-bourges.fr



CENTRE HOSPITALIER JACQUES CŒUR



**PLATFORME DE RÉPIT
ET D'ACCOMPAGNEMENT**

**Centre Hospitalier Jacques Cœur
Site de Taillegrain**

NOS MISSIONS

- Vous informer, vous conseiller et vous soutenir dans vos démarches, en lien avec les dispositifs existants
- Vous offrir des temps d'échange, d'écoute et de soutien
- Vous proposer des solutions de relais et de répit en accord avec vos besoins
- Vous aider à maintenir une vie sociale et un bien-être au quotidien, en prévenant l'épuisement physique et psychique



INSCRIPTIONS

Toutes les prestations et offres de répit proposées par la Plateforme sont **gratuites**.

Un entretien avec la psychologue de la **Plateforme de Répit** est nécessaire à toute inscription dans un groupe d'activité.

Le nombre de places dans chaque atelier est **limité(6 à 12 personnes)**.

PRESTATIONS PROPOSÉES

Voici une liste non-exhaustive des activités qui peuvent être proposées :



Ouverts aux aidants seuls :

- Accompagnement psychologique
Echangez en individuel avec notre psychologue
- Café des aidants
Echangez avec d'autres aidants autour d'un moment de partage
- Formation des aidants
Participez à un temps de formation pour mieux comprendre et accompagner la maladie de votre proche
- Ateliers de détente corporelle et relaxation
Accordez-vous un instant pour vous ressourcer et vous détendre avec nos professionnels



Ouverts aux duos aidants-aidés :

Réalisez une activité adaptée avec votre proche afin de partager un moment de complicité

- Ateliers de stimulation cognitive (jeux de mémoire)
- Atelier d'exercice physique adapté
- Atelier culinaire
- Sorties culturelles

