



Newsletter n°4 de Centr'aider®

Juillet 2020



A la une ce trimestre

Les cafés des Aidants

Pendant la période de COVID-19 certains cafés des aidants ont pu se tenir à distance par la visio (retrouver [ici](#) les retours d'expérience).

Mais savez-vous ce qu'est un café des aidants ?

Pour tout vous expliquer, nous avons interrogé Lucie Boulier, Chargée de développement et de suivi des Cafés des Aidants au sein de l'[Association Française des Aidants](#).



Café des aidants®

« Un **café des aidants** est lieu et un temps **d'échange et d'information** à destination de **tous types d'aidants sans distinction** liée à l'âge ou à la pathologie du proche aidé par exemple. [...]

Chaque café des aidants est **coanimé par un travailleur social et un psychologue** ayant une certaine expertise sur la question des proches aidants.

Les cafés des aidants sont toujours **organisés dans un lieu neutre et convivial**, sans connotation médicale ou médico-sociale. [...]

A chaque café des aidants, une **thématique est proposée** par l'équipe d'animation et abordée avec le groupe. La thématique est assez large, **centrée sur la relation d'aide** »

[Pour en savoir plus, retrouver l'interview complète.](#)

[Le café des aidants en vidéo](#)



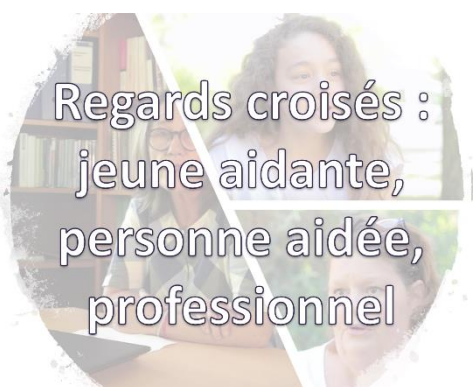
Les aidants en images

La Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre est heureuse de vous présenter sa toute première vidéo



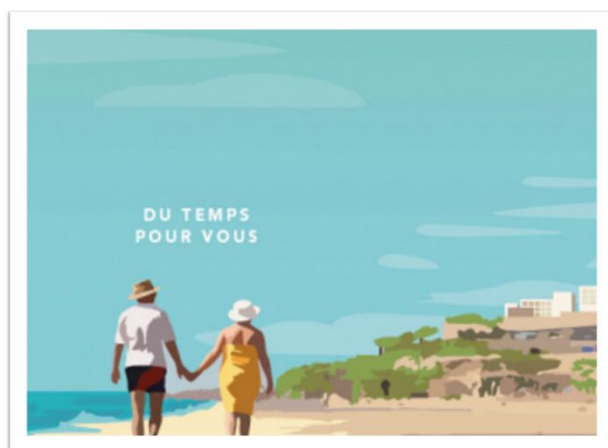
En complément, retrouvez d'autres vidéos qui abordent le quotidien des proches aidants.

N'hésitez pas à cliquer sur les vignettes !



Bon à savoir

Les séjours répit : partir en vacances, seul ou accompagné ?

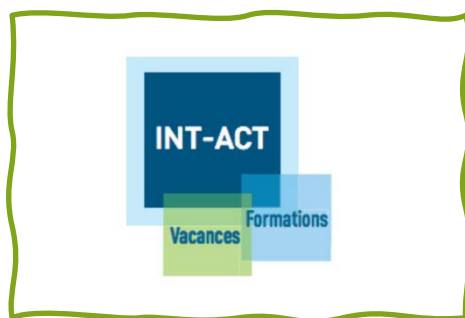


Prendre **quelques jours de vacances** peut s'avérer difficile à **organiser**. Les **séjours de répit** sont une solution pour permettre à un aidant de se reposer, tout en proposant une **prise en charge adaptée** à la situation de la personne aidée.

L'aidant et la personne aidée peuvent **se détendre et se retrouver**, souffler avec des **activités pour chacun**, s'informer et échanger entre pairs...

Pour en savoir plus, voici quelques pistes de **séjours de répit, seul ou en duo** (liste non exhaustive). Ces structures peuvent également vous conseiller sur les possibilités de financement existantes.

N'hésitez pas à diriger également les proches aidants vers les **Maisons des Aînés et des Aidants** ou les **plateformes d'accompagnement et de répit, les caisses de retraites...**



A vos agendas !

Compte tenu de la situation sanitaire, beaucoup d'événements ont été suspendus. Nous ne manquerons pas de vous informer de leur reprise lors de nos prochaines newsletters.

 **Pour aller plus loin**



Autonomie Paris Saint-Jacques qui porte la Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre est heureuse de vous présenter son nouveau site internet : www.apsj.paris

Guide et cartographie



Ce guide est évolutif, n'hésitez pas à le télécharger régulièrement

[Télécharger le guide](#)



Cette carte est évolutive, n'hésitez pas à la consulter régulièrement

[Consulter la cartographie](#)

CENTR'  AIDER



Copyright © 2020 Autonomie Paris Saint-Jacques - Maison des Aînés et des Aidants Paris Centre, tout droit réservé.

Pour toute suggestion ou question, ou toute demande de désinscription, adressez un mail à communication@apsj.paris