

## Pourquoi s'appuyer sur une plateforme d'accompagnement et de répit des aidants?

Ce dispositif est mis en place en faveur des proches aidants de personnes atteintes de maladies neurodégénératives.

Il propose de nombreuses prestations pour soutenir et accompagner l'aidant dans sa démarche de maintien à domicile de son proche.

Si besoin, cette plateforme est toujours en lien avec des structures d'accueil de jour pour vous permettre de prendre soin de vous tout en étant rassuré sur la prise en soins de votre proche.

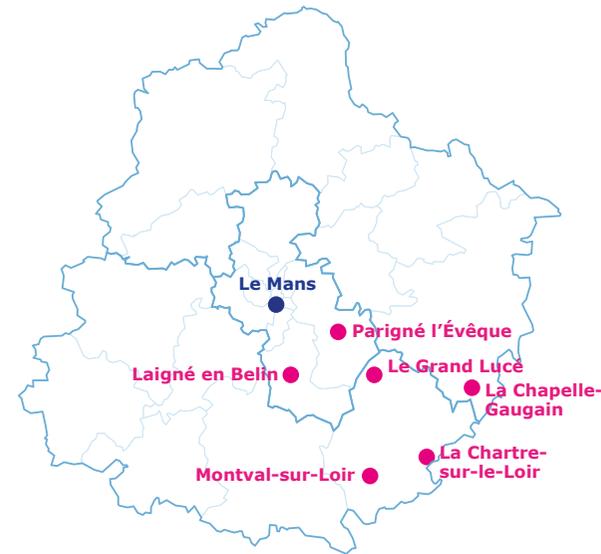
## Nos partenaires



La Fondation Georges



EHPAD et Communautés de communes de :



28 rue de la Solitude  
72000 Le MANS

Tél.: 07 89 21 35 17

accueilaidantbus@lareposance.net

[www.soutenirlesaidants.fr](http://www.soutenirlesaidants.fr)

Horaires d'accueil:

Une fois par semaine  
de 10h30 à 16h

L'AIDANTS BUS 72 est géré  
par l'association ALLIANCE



FATIGUE, STRESS,  
MANQUE DE TEMPS,  
ISOLEMENT...



Vers qui  
— me tourner  
— quand j'aide —  
— un proche ?

Comme de nombreux Aidants,  
nous vous accueillons dans notre  
espace convivial!



Aidants  
bus 72  
RENDRE UN  
SOURIRE À CEUX  
QUI LE DONNENT

La plateforme itinérante d'accompagnement et de répit AIDANTS BUS 72 vous propose de nombreuses possibilités pour vous accompagner et vous soutenir:

### De l'écoute individuelle ou collective

Nos différents partenaires et notre psychologue vous apportent un véritable soutien psychologique, une écoute et des conseils.

### De l'information et de la formation

Pour vous aider à comprendre la maladie, son impact et votre rôle de proche aidant. La plateforme d'accompagnement et de répit vous propose différents temps de formation. **Mieux informé et formé, on est plus serein.**

### Nous vous proposons, dans des espaces variés, des temps d'activités pour votre proche et du répit pour vous

Un Assistant de Soins en Gérontologie (A.S.G.) accompagnera votre proche afin de vous apporter du répit. **Des sorties culturelles et/ou conviviales vous seront proposées pour partager de bons moments ensemble et rencontrer d'autres aidants.**

### Un lieu convivial et apaisant

L'équipe de l'AIDANT BUS 72 vous accueille dans une ambiance familiale et chaleureuse, **un lieu de ressourcement pour penser à vous.**

# Prendre soin de soi, pour prendre soin de son proche !



**Notre équipe de proximité vous reçoit et vous accompagne une fois par semaine de 10h30 à 16h au sein de l'Aidants Bus 72.**

## Nos activités

Nos prestations sont encadrées par différents professionnels du milieu médico-social: assistant de soins en gérontologie, psychologue, art-thérapeute, socio-esthéticienne, sophrologue, éducateur sportif...

Le planning de ces activités est élaboré tous les 3 mois et est disponible auprès de nos partenaires (E.S.A., pharmacies, mairies...) ou sur le site:

[www.soutenirlesaidants.fr/plateforme-d-accompagnement-et-de-repit-itinerante-aidant-bus-72/le-mans](http://www.soutenirlesaidants.fr/plateforme-d-accompagnement-et-de-repit-itinerante-aidant-bus-72/le-mans)

Rencontres et activités  
**GRATUITES**



### ÊTRE ÉCOUTÉ, SOUTENU ET ORIENTÉ

Entretien de soutien et suivi psychologique sur rendez-vous avec notre psychologue.

### ÉCHANGER ET PARTAGER

Autour d'un café, rencontres thématiques avec d'autres aidants dans un espace convivial propice à l'échange et au partage.

### AUTOUR DU CHANT

Notre art-thérapeute vous invite à partager un moment propice à l'échange autour du chant.

### PRENDRE SOIN DE SOI

Des ateliers variés collectifs et individuels vous sont proposés par notre équipe : atelier bien-être, ressourcement, activités physiques... Consultez notre planning.

### S'ÉVADER ENSEMBLE

Des sorties culturelles et des promenades seront proposées pour partager un moment de convivialité (Cf. planning).