



SOUTIEN AUX AIDANTS

PROGRAMME DES ACTIONS POUR LES AIDANTS

• 2023 •
Janvier - Mars



SOMMAIRE

Edito du Président	p 3
L'allocation journalière du proche aidant	p 4-5
Actions départementales	p 7
Actions Tarn Sud	p 19
Actions Tarn Nord	p 35
Actions Tarn Ouest	p 51



Maison Départementale de l'Autonomie

221 Avenue Albert Thomas

BP 10 055 - 81027 ALBI cedex 09

Téléphone : 05 81 27 70 07

Mél : contact.mda@tarn.fr

Arrêt de bus : Ligne B - Place Perret

LE MOT DU PRÉSIDENT



Le rôle des aidants est indispensable à la qualité de vie de leurs proches.

Au quotidien, vous intervenez auprès de votre proche pour les démarches administratives, pour l'aider dans les actes essentiels comme s'habiller, manger ou encore pour l'aider à maintenir sa vie sociale.

En cela, vous êtes des alliés indispensables du Département dans ses missions d'aide aux personnes âgées en perte d'autonomie et des personnes en situation de handicap, qu'il s'agisse d'adultes ou d'enfants.

Néanmoins, votre rôle peut entraîner des répercussions sur votre vie professionnelle, familiale, sociale ou encore sur votre santé.

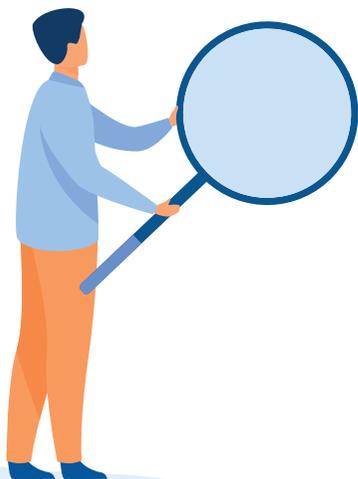
Aussi, j'ai souhaité, par le plan de soutien aux proches aidants adopté pour la période 2022-2026, que des actions de soutien concrètes puissent vous être proposées, au plus près de chez vous.

Grâce à la mobilisation de nos partenaires, j'ai le plaisir de vous présenter la deuxième édition du livret de soutien aux aidants. Il récapitule l'ensemble des actions qui existent dans le département du Tarn, pour la période du mois de janvier à la fin du mois de mars 2023.

Elles vous permettront de trouver de l'information sur vos droits, de connaître les solutions de répit, d'échanger entre aidants et d'avoir également des conseils pour accompagner votre proche au quotidien.

Christophe RAMOND
Président du Conseil départemental du Tarn

L'allocation journalière du proche aidant



Plus de 61% des proches aidants exercent une activité professionnelle.

Mais intervenir auprès d'un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie est souvent difficilement compatible avec un emploi et peut entraîner une baisse de ressources.

C'est pour cela que l'Allocation Journalière du Proche Aidant a été créée. Elle a pour objectif de compenser la perte de salaire des aidants qui arrêtent de travailler ou réduisent leur activité professionnelle.

Qui peut en bénéficier ?

- **Tous les salariés du secteur privé ou agents publics**
- **Les travailleurs non-salariés**
- **Les demandeurs d'emploi indemnisés**

Quelles sont les conditions

pour y avoir droit ?

Pour les aidants :

- Avoir réduit ou cessé son activité professionnelle
- Pour les personnes salariées ou agents publics : avoir demandé un congé du proche aidant auprès de son employeur.
- Avoir un lien étroit avec la personne aidée : conjoint, concubin, pacsé, ascendant, descendant ou vivre avec elle ou encore l'aider régulièrement.

Pour la personne aidée :

Elle doit justifier d'un taux d'incapacité supérieur ou égal à 80% prononcé par la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDPAH) ou être bénéficiaire de l'APA (GIR 1 à 4).

Quel **montant** ?

- par jour : montant 58,59 €
- par demi-journée : montant 29,30 €



© Freepik.com

Pour **combien de temps** ?

L'Allocation Journalière du Proche Aidant ne peut être versée au-delà de 22 jours par mois, jusqu'à 66 jours maximum sur une carrière, à l'heure actuelle.

Bon à savoir : vous ne pourrez pas bénéficier de l'Allocation Journalière du Proche Aidant si vous êtes déjà salarié de votre proche au titre de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie ou dédommagé dans le cadre de la Prestation de Compensation du Handicap.

Chaque membre d'un couple peut bénéficier de l'AJPA.

Quelles sont les **démarches à effectuer** ?

- Être en congé du proche aidant pour les salariés du secteur privé et les agents du secteur public.
- S'adresser à la CAF ou à la MSA de votre département.

Où trouver de l'information ?

- **Auprès de votre CAF :** caf.fr
- ou de la **MSA de votre département :** msa.fr
- Auprès de la **Maison Départementale de l'Autonomie :**
Guichet unique de la MDA :
05 81 27 70 07 - contact.mda@tarn.fr

GLOSSAIRE

AADPR : Aide & Assistance à Domicile en Pays Rabastinois

AAFP : Association Aide Familiale Populaire

ADMR : Réseau associatif de service à la personne

AEPH : Accompagnement Educatif des Personnes en situation de Handicap

AGAPEI : AGir avec Amis, Parents et Professionnels pour les Personnes en situation de handicap

AID 81 : Aide et Intervention à Domicile

ALMA : Allo Maltraitance des personnes âgées

APAJH : Association Pour Adultes et Jeunes Handicapés

APF : Association des Paralysés de France

ASAD : Association de Soutien À Domicile

ASP : Accompagnement en Soins Palliatifs

CCAS : Centre Communal d'Action Sociale

CDAD : Conseil Départemental d'Accès aux Droits

CDOS : Comité Départemental Olympique et Sportif

CIAS : Centre Intercommunal d'Action Sociale

EHPAD : Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes

JALMALV : Jusqu'À La Mort Accompagner La Vie

SADVG : Service Aide à Domicile Vère-Grésigne

TSA : Trouble du Spectre Autistique

UNAFAM : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

VYV³ : "ancien" UMT

Pour vous permettre de vous repérer dans l'objectif des actions, les pictogrammes ci-dessous vont vous guider.



S'accorder du temps

Prendre du temps pour soi



Etre soutenu

Soutien psychologique



Echanger

Avec d'autres aidants, partager son expérience d'aidant



Se former

Mieux comprendre le handicap ou la pathologie de son proche



S'informer

Sur l'accès aux droits et les aides existantes

ACTIONS DÉPARTEMENTALES

TARN

LE DÉPARTEMENT



Légende : actions pour les aidants d' :



Enfant

en situation de handicap



Adulte

en situation de handicap



Adulte

âgé.e

L'ACCUEIL TEMPORAIRE

**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
Consultez les
annuaires sur le
site mda.tarn.fr



L'HÉBERGEMENT TEMPORAIRE

permet aux personnes qui vivent à domicile de trouver des solutions d'hébergement pour une courte durée. Il permet aux personnes de pouvoir continuer à vivre chez elles et à leurs proches de pouvoir s'absenter ponctuellement et passer le relais.

Accueil possible de quelques semaines à 3 mois maximum sur une année



L'ACCUEIL DE JOUR

**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
Consultez les
annuaires sur le
site mda.tarn.fr



L'ACCUEIL DE JOUR

propose un accompagnement individualisé et permet de préserver l'autonomie des personnes accueillies grâce à des activités adaptées. Ces temps passés hors du domicile contribuent également à rompre l'isolement et à apporter du soutien aux aidants. Il a pour objectif de permettre aux personnes de rester le plus longtemps possible dans leur cadre de vie habituel.

Accueil à la journée ou demi-journée



ALLO
ALZHEIMER

alloalzheimer
0970 818 806
7 jours sur 7 de 20h à 22h
(hors d'un appel local)

**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
0 970 818 806
(coût d'un appel local)



LIGNE D'ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

De 20h à 22h

7j/7



ALMA 81

Alma 81
Centre
Interdépartemental
Aveyron-Lot-Tarn du
3977
contre la maltraitance

Contact :
06 95 98 84 01
M^{me} DE WERD



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL : " RÉCONFORT ENTR'AIDANT "

Réunions régulières en
visio-conférence ou par téléphone.

A la demande



AGENCE NATIONALE
POUR LES CHÈQUES
VACANCES



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
0 969 320 616
(coût d'un appel local)

www.ancv.com



SÉJOUR DE RÉPIT AIDANTS-AIDÉS DANS DES VILLAGES VACANCES PARTENAIRES DE L'ANCV

**Accessible aux aidants d'un proche
âgé de plus de 60 ans ou de plus de
55 ans si la personne aidée est en
situation de handicap.**

5 jours/4 nuits ou 8 jours/7nuits

Centres de vacances dans toute la France



APF FRANCE
HANDICAP



**Territoire
d'intervention :**
NATIONAL

Contact / Mél :
**aidants.familiaux@
apf.asso.fr**



REPAIRS AIDANTS

**Programme de formation-
sensibilisation proposé en visio :
prendre soin de soi quand on
est aidant, les aides et droits, les
répercussions sociales et familiales...**

Inscription en ligne sur le site internet :
[http://repairsaidants.blogs.apf.asso.fr/
calendrier-national-de-formationen-a-
distance.html](http://repairsaidants.blogs.apf.asso.fr/calendrier-national-de-formationen-a-distance.html)



ASSOCIATION
AVEC NOS
PROCHES



AVEC NOS PROCHES

**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
01 84 72 94 72



**LIGNE D'ACCUEIL, D'ÉCOUTE
PAR DES ÉCOUTANTS
BÉNÉVOLES, GROUPE
D'ÉCHANGES PAR TÉLÉPHONE**

De 8h à 22h

7j/7



AUTISME INFO
SERVICE



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
0 800 71 40 40
(numéro gratuit)



ACCUEIL ÉCOUTE INFORMATIONS

**Pour les personnes autistes et leur
entourage.**

Du lundi au vendredi de 9h à 13h
sauf le mardi de 9h à 13h et de 18h à 20h



BULLE D'AIR



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

ALBI

4 rue Justin Alibert

Contact :
05 63 21 61 51

Mél :
**contact@
bulledairmpn.fr**



SOULAGER LES PROCHES AIDANTS DE PERSONNES FRAGILISÉES PAR L'ÂGE, LA MALADIE, OU LE HANDICAP EN PROPOSANT DES INTERVENTIONS À LA CARTE AU DOMICILE DES FAMILLES

**Permettre à l'aidant de prendre des
temps de répit de manière régulière
ou ponctuelle.**

À domicile : 24h/24 et 7 j/7

En journée ou en nuit : ponctuellement
ou régulièrement, de 3h jusqu'à plusieurs
jours consécutifs (avec un intervenant
unique jusqu'à 48h)



CAISSE
D'ALLOCATIONS
FAMILIALES DU TARN



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
Contactez le service
d'aide à domicile
conventionné le plus
près de chez vous :
[caf.fr/pagelocale/
handicap/aideadomicile](http://caf.fr/pagelocale/handicap/aideadomicile)



ÊTRE ACCOMPAGNÉ À DOMICILE DANS LA PRISE EN CHARGE DE SON ENFANT DE MOINS DE 18 ANS EN SITUATION DE HANDICAP

**Intervention par des professionnels
formés qui permet aux parents d'être
accompagnés et relayés au domicile,
sur une durée d'un an maximum
(participation financière en fonction
du quotient familial CAF).**



CANCER INFO



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
0 805 123 124
(coût d'un appel local)



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL INDIVIDUEL

Proposé par des soignants, des experts juridiques, des spécialistes de l'accompagnement soutenus par une équipe médicale répondant à toutes les questions des malades et de leur entourage.

Du lundi au samedi
de 8h à 20h



CONSEIL
DÉPARTEMENTAL
DE L'ACCÈS AUX
DROITS



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contacts :
30 39
Mél :
**contact.cdadtarn@
cdad81.fr**



INFORMATIONS JURIDIQUES

sur les conséquences liées à la perte d'autonomie mais aussi tous les aspects de la vie quotidienne.



CONVIVAGE



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
07 82 72 00 75
M^{me} FERRARO

Mél :
accueil@convivage.fr



PROPOSER UN SÉJOUR DE RÉPIT
pour les aidants de personnes
âgées.



1 fois par an
5 jours/4 nuits
Octobre 2023



AIDANTS RÉFÉRENTS
Des anciens aidants proposent
d'échanger avec d'autres aidants pour
partager leur expérience et ainsi lever
les freins dans l'acceptation des aides.

A la demande



FRANCE
ALZHEIMER 81



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
05 63 98 29 88

Mél :
**francealzheimer@
gmail.com**



FORMATIONS

Animées par un bénévole et un
psychologue pour connaître
la maladie, les aides possibles,
accompagner, communiquer avec
son proche malade.



Planning disponible
sur mda.tarn.fr



DES SÉJOURS DE RÉPIT

pour les familles, animés par une
équipe de bénévoles offrant une
rupture bénéfique avec le quotidien.



D'avril à octobre dans
différentes régions
touristiques de France

FRANCE
PARKINSON



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
01 45 20 98 66

Mél :
**info@
franceparkinson.fr**



PLATEFORME D'INFORMATIONS ÉCOUTE PSYCHOLOGIQUE

Du lundi au jeudi
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h



GRUPEMENT
NATIONAL
DES CENTRES
RESSOURCES
AUTISME



**Territoire
d'intervention :**
**DISPOSITIF
NATIONAL**

Site :
<https://gncra.fr>



INFORMATIONS À DESTINATION DES AIDANTS SUR LES DISPOSITIFS DE SOUTIEN AUX PERSONNES TSA

Proposées par des professionnels
de Centres ressources autisme et
des aidants, autour des signes de
l'autisme, du diagnostic, de l'accès à
la scolarisation et du droit au répit de
l'aidant.



JEUNES AIDANTS
OCCITANIE



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
06 50 36 64 77

Mél :
jeunes.aidants.
occitanie@gmail.com



ACCUEIL, ÉCOUTE, SOUTIEN SOCIAL ET PSYCHOLOGIQUE, TEMPS DE RÉPIT, GROUPE DE PAROLE

Par des psychologues spécialisés
pour des jeunes aidants âgés de 5 à
25 ans qui s'occupent d'un proche
parent malade ou en situation de
handicap.

Du lundi au vendredi de 9h à 17h



MSA MIDI
PYRÉNÉES NORD



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
05 63 21 61 39

Mél :
mpnass.blf@
mpn.msa.fr



AIDE FINANCIÈRE POUR LE REMPACEMENT DE L'AIDANT (HÉBERGEMENT TEMPORAIRE, DE L'ACCUEIL DE JOUR OU DU RELAYAGE À DOMICILE...)

**Condition : l'aidant ou la personne
aidée doivent relever de la MSA.**

Remplacement pour minimum 3h
consécutives



PÔLE RÉGIONAL DES
MALADIES NEURO-
DÉGÉNÉRATIVES



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
0 806 806 830
(coût d'un appel local)

Mél :
**aidants@
pole-mnd.com**



5 SÉANCES INDIVIDUELLES DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE À DOMICILE OU EN DISTANCIEL PAR AN

renouvelable sous conditions.



Toute l'année



" ALLO J'AIDE UN PROCHE "

**Pour les aidants et les malades
souffrant de maladies neuro-
dégénératives.**



7j/7 de 18h à 22h

PÔLE
RESSOURCES
HANDICAP



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
06 07 26 95 69

Mél :
contact@prh81.fr



ACCUEIL, ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT DES FAMILLES D'ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP

**dans la recherche de places en
crèches, halte-garderie, centres de
loisirs.**

A la demande



SÉRÉNITARN



**Territoire
d'intervention :**
TOUT LE TARN

Contact :
05 63 43 25 00

Mél :
**annemarie.veyrac@
serenitarn.fr**



LE RELAYAGE

s'adresse aux aidants accompagnant au quotidien un proche en situation de handicap, âgé ou atteint de troubles cognitifs ou maladies neurodégénératives pour leur permettre de prendre un temps de répit.

Prise de contact au plus tard 2 mois avant la date prévue de la prestation



ACTIONS

TARN SUD

TARN

LE DÉPARTEMENT



Légende : actions pour les aidants d' :



Enfant

en situation de handicap



Adulte

en situation de handicap



Adulte

âgé.e

L'AADPR
AVEC L'AID 81



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

Contact :
05 63 40 62 62

Mél :
**accueil.aadpr@
gmail.com**



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes au quotidien.
Animé par une Technicienne en
Intervention Sociale et Familiale.

● Dates à définir



**Transport
de l'aidant**

ADMR



**Territoires
d'intervention :**
**FERRIÈRES
LACAUNE**

Contact :
05 63 73 45 08
M^{me} Audrey GAU

Mél :
**ajagoutmontalet
@orange.fr**



ACCUEIL DE JOUR AGOUT-MONTALET ITINÉRANT

Accueil à la journée de personnes
atteintes de la maladie d'Alzheimer
ou troubles apparentés. Des activités
thérapeutiques sont proposées.

● Les lundis, mercredis et vendredis
à Lacaune et les mardis et jeudis à
Ferrières de 9h à 17h



**Transport
de l'aidé**

Prise en charge
de la personne
aidée ●

AGAPEI



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

Salle Equithéo
20 rue Mahuziès

Contact :
05 63 48 88 44
06 84 63 92 93

Mél :
ct81@agapei.asso.fr



GROUPE DE PAROLE

**destiné aux aidants de personnes
en situation de handicap mental.**

Mardi 24 janvier de 18h à 21h
sur inscription



AID



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES
37 rue Émile Zola

Contact :
05 63 59 22 06
M^{me} MARAVAL
Mél :
asso.aid81@orange.fr



ATELIER BIEN-ÊTRE SOCIO-ESTHÉTIQUE

**Pour rompre l'isolement
et retrouver la confiance en soi.**

Jusqu'au 31 mars 2023
Un atelier de 2h par mois



APAJH



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

Foyer de vie la
Planésié
175 chemin de
Villegagne

Prise en charge
de la personne
aidée ●

Sur inscription

Contact :

05 63 45 33 62

Mél :

accueil@apajh81.org



ATELIER : "ACCOMPAGNER AU REPAS LES PROCHES AIDÉS PRÉSENTANT DES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION"

● Lundi 9 janvier de 14h à 17h à Castres



**Transport
de l'aidant**



ATELIER "LES DROITS DES AIDANTS"

● Mardi 10 janvier de 14h à 17h à Castres



**Transport
de l'aidant**



LES DIFFÉRENTES OFFRES D'ACCOMPAGNEMENT POUR LES AIDANTS

● Samedi 14 janvier de 9h à 12h à Castres



**Transport
de l'aidant**



ATELIER : "GESTION DE LA VIOLENCE"

**Comment se protéger et protéger la
personne aidée des comportements
violents ? Apaiser la personne, apaiser
la situation de conflits.**

● Samedi 11 février de 14h à 17h à Castres



**Transport
de l'aidant**

ASP TARN SUD



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

2 rue de la Platé

Contact :
05 63 72 23 52

Mél :
asp-tarn@sfr.fr



ÉCOUTER, CONFORTER LES PERSONNES GRAVEMENT MALADES ET/OU EN FIN DE VIE ET LEURS PROCHES

Permanence le lundi de 13h à 14h
Du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30



CENTRE HOSPITALIER
INTERCOMMUNAL
CASTRES MAZAMET



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

6 avenue de la
Montagne Noire

Contact :
05 63 71 62 72

Mél :
etpalz@chic-cm.fr

Contact :
05 63 71 79 59

Prise en charge
de la personne 
aidée



PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE "TOI ET MOI TARN SUD"

Atelier pour aider le patient atteint
de la maladie d'Alzheimer ou d'une
maladie apparentée et leurs aidants.



 À partir de septembre 2022



EVALUATION DE LA FRAGILITÉ DES AIDANTS AVEC LE PROGRAMME ICOPE ET PROPOSER DES ACTIVITÉS DE PRÉVENTION



À la demande



ENTRETIEN INDIVIDUEL POUR LES PATIENTS SOUFFRANT D'UN CANCER ET LEUR FAMILLE



Les jours ouvrables
de 8h30 à 17h00

APPRENDRE@
APPRENDRE



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES
2 rue du
Languedoc

Contact :
06 29 65 28 36
M^{me} Cécile DELMAS

Prise en charge
de l'enfant ●

**Territoire
d'intervention :**
CASTRES
Salon de thé
"Champ du Sud" -
3 rue Beaujeu



GRUPE DE PAROLE À PARTIR DU JEU "DES RÉCITS ET DES VIES"



● Une fois par mois
de 16h30 à 18h



GRUPE DE PAROLE ET D'ÉCHANGES SUR DES THÉMATIQUES



● Un mercredi par mois
de 16h30 à 18h30



RENCONTRES THÉMATIQUES : LES TROUBLES AUTISTIQUES, LES BESOINS DES AIDANTS, ACCOMPAGNER L'ADOLESCENCE...



● Tous les deux mois



ACCUEIL ET ÉCOUTE DES PARENTS DANS LA FORMULATION DU PROJET DE VIE, LES DÉMARCHES ET LA RECHERCHE D'INFORMATIONS



Accueil collectif tous
les lundis matins
Accueil individuel sur RDV,
possibilité de se rendre au
domicile



"CAFÉ FAMILLE" TEMPS D'ÉCHANGES CONVIVIAUX AVEC DES PROFESSIONNELS



● Tous les derniers samedis
du mois de 15h à 17h

COMMUNAUTÉ
DES COMMUNES
DES MONTS DE
LACAUNE ET DE
LA MONTAGNE DU
HAUT LANGUEDOC



**Territoire
d'intervention :**
LACAUNE

EHPAD Saint Vincent
de Paul - La Balme

Contact :
05 63 37 05 67

Mél :
**mdrstvincent@
wanadoo.fr**

Prise en charge
de la personne
aidée

EHPAD AGIR



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

EHPAD AGIR 38 rue
Camille Rabaud

Contact :
05 63 72 20 40

M^{me} Nadège LABEYRIE



JOURNÉE LOISIRS DÉTENTE

Une journée pour lâcher prise.

Une fois par mois



"UN JOUR DIFFÉRENT"

Animation pour personnes isolées :
repas, animations et activités.

● Une fois par semaine le jeudi



**Transport
de l'aidé**



THÉRAPIE VIRTUELLE

Pour rompre l'isolement par la
stimulation cognitive, motrice et
émotionnelle.

Partager un moment de détente en
s'immergeant dans un décor virtuel
afin d'accéder à un moment de sérénité
et d'échanges. Muni d'un casque en 3
dimensions en présence d'un intervenant,
des stimuli auditifs et visuels sont projetés
pour simmerger dans de nouveaux lieux
ou des lieux souvenirs



Contacter la structure pour
obtenir le planning

EHPAD
ROUANET ICHÉ



**Territoire
d'intervention :**
**LABASTIDE
ROUAIROUX**

Résidence Rouanet
Iché - 8 impasse
Marcelle Cros

Contact :

05 63 98 00 34

M^{me} Ophélie SALVAN

Mél :

mr.lab-rx@orange.fr

Prise en charge
de la personne
aidée



HALTE RÉPIT "L'ESCALE"

Proposer un accueil à la journée
ou à la demi-journée de la personne
âgée aidée en lui proposant des
activités et permettre du répit à
l'aidant.

- Les mardis et jeudis
de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30
sur réservation
(une semaine à l'avance)



FAMILLES
RURALES TARN



**Territoires
d'intervention :**
**BRASSAC
MONTREDON
LABESSONNIÉ**

Contact :

05 63 54 15 44

Mél :

**alexandra.petterson
@famillesrurales.org**



UN TEMPS D'ACCUEIL, D'ÉCOUTE ET DE PARTAGE ENTRE AIDANTS

En milieu rural à partir de
la friperie itinérante.

Tous les 15 jours sur chaque lieu



FRANCE
ALZHEIMER 81



**Territoire
d'intervention :**

CASTRES
5 rue Amiral
Galiber

Prise en charge
de la personne
aidée

**Territoire
d'intervention :**

CASTRES
Hôtel de l'Europe
13 rue Victor Hugo

Contact :

05 63 98 29 88

**Mél :
francealzheimerarn
@gmail.com**



ACCUEIL DES FAMILLES POUR UNE ÉCOUTE, UNE INFORMATION OU UNE ORIENTATION



Lundi et mardi de 8h30
à 12h et de 13h30 à
17h, mercredi jeudi et
vendredi de 8h30 à 12h
et de 12h30 à 16h



GRUPE DE PAROLE DESTINÉ AUX AIDANTS DE MALADE D'ALZHEIMER OU MALADIES APPARENTÉES

Animé par un binôme psychologue et
bénévole.



3^{ème} samedi
du mois
14h30/16h30



TEMPS DE RENCONTRE ET DE PARTAGE ENTRE FAMILLE

Participation de l'aidé, animation
par les bénévoles autour de jeu de
société et d'un goûter.



3^{ème} mardi
de chaque mois
14h30/16h30



"CAFÉ MÉMOIRE"

Rencontre et discussion mensuelle
autour d'un thème en relation avec
la maladie d'Alzheimer et maladies
apparentées.

Animées par une psychologue et un
bénévole. Selon le thème choisi, un
intervenant extérieur peut-être invité



3^{ème} Samedi 10 décembre
2^{ème} samedi
de chaque mois
de 15h à 17h

FRANCE
ALZHEIMER 81



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES
Maison des
associations
Place du 1^{er} Mai

**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
La parlotte - 26 rue
du Général de Gaulle

Prise en charge
de la personne
aidée

Contact :
05 63 98 29 88
Mél :
francealzheimer81tarn
@gmail.com

LES BUISSONNETS



**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
Les Buissonnets Chemin
de la Rougérié

Contact :
05 63 61 01 24
Mél :
foyerdevie@association
lesbuissonnets.fr



FORMATION (6 MODULES)

Animée par un bénévole aidant
et un psychologue pour connaître
la maladie, les aides possibles,
accompagner, communiquer avec
son proche malade.



Contactez la
structure pour
connaître les dates



"CAFÉ MÉMOIRE"

Rencontre et discussion autour d'un
thème en relation avec la maladie
d'Alzheimer et maladies apparentées,
animée par une psychologue et un
bénévole.

Selon le thème choisi, un intervenant
extérieur peut-être invité.



1^{er} samedi du mois
tous les deux mois



ACCUEIL DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP MENTAL - DÉFICIENCE MENTALE LÉGÈRE À MOYENNE

Accueil de jour et accueil de répit en
Internat.



● Selon les besoins
et les disponibilités

SERENITARN

PLATEFORME DE L'AUTAN

Plateforme de repit des enfants handicapés



**Territoire
d'intervention :**
SAÏX

Maison Guy Viala
salle n°5

Prise en charge
de la personne
aidée

**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
102 Avenue
de Toulouse

Contact :
05 63 97 75 72

Mél :
**plateforme-repit@
serenitarn.fr**



GROUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS AYANT PERDU LEUR PROCHE

Espace de parole pour verbaliser les
émotions, les ressentis.



Lundi 2 janvier,
lundi 6 février,
lundi 6 mars
de 14h à 16h



RELAXATION

Atelier mobilité pour les aidants.



Mardi 17 janvier,
mardi 14 février,
mardi 14 mars
à 14h



ATELIER DE NATUROPATHIE



Mardi 10 et 24 janvier
Mardi 7 et 21 février
Mardi 21 mars
de 14h30 à 16h



RELAXATION

Atelier mobilité pour les aidants.



Jeudi 12 janvier,
jeudi 9 février,
jeudi 30 mars à 14h



RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

**Groupes d'échanges avec la
psychologue.**



Jeudi 19 janvier, 16 mars
à 14h

SERENITARN

PLATEFORME DE L'AUTAN

Plateforme de repit des enfants handicapés



**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
104 Avenue
de Toulouse

**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
104 Avenue
de Toulouse
(déplacement au
domicile - sud
du département
du Tarn)

Contact :
05 63 97 75 72

Mél :
**plateforme-repit@
serenitarn.fr**



"TEMPS DE PAUSE"

Accueil de jour, répit à domicile et temps libéré, relaxation individuelle pour se détendre et contrôler ses émotions.



● Contacter la structure



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL À DOMICILE OU EN GROUPE D'ÉCHANGE



A la demande



ATELIER : "LA PERTE D'AUTONOMIE ET LA CONDUITE AUTOMOBILE"



Jeudi 9 mars à 10h



FORMATION DES AIDANTS

Se rapprocher des aidants qui ne peuvent pas se déplacer et qui accompagnent des personnes souffrant de maladie neuro-évolutive (Alzheimer, Parkinson, Sclérose en plaque). Formation en 4 modules pour aborder la maladie, les aides, sa place d'aidant.



● A la demande

PÔLE
RESSOURCES
HANDICAP



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

Centre Social Lameilhé
Rue Van Gogh

Contact :
06 07 26 95 69



ACCUEIL, ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT DES FAMILLES D'ENFANTS EN SITUATION DE HANDICAP

dans la recherche de places en
crèches, halte-garderie, centres de
loisirs.

- Le 2^{ème} jeudi du mois
De 14h à 17h
sur rendez-vous uniquement



SERENITARN



**Territoires
d'intervention :**
**CASTRES
AUSSILLON
MAZAMET
LABRUGUIERE**

Contact :
M^{me} Agnès JUAN
et Florence SICARD
05 63 72 25 00

Mél :
**pole.prevention@
serenitarn.fr**



«SÉRÉNILIENS»

Accompagnement psychosocial
pour rompre l'isolement par un
accompagnement individualisé
au domicile et vers les actions du
territoire.

A partir de septembre 2022



SILVER FOURCHETTE

 SILVER
Fourchette

**Territoire
d'intervention :**
AUSSILLON
102 avenue
de Toulouse

Contact :
06 20 01 69 64
M^{me} Diane BIAOU



1 ATELIER NUTRITION D'INFORMATION SUIVI DE 2 ATELIERS CUISINE

● Jeudi 12 janvier
en partenariat avec la
Plateforme de l'Autan



TARN ESPOIR



**Territoires
d'intervention :**
CASTRES

179 avenue Albert 1^{er}

LAVAUUR

Contact :
05 63 71 24 74

Mél :
mediation81
@tarn-espoir.fr



MÉDIATION FAMILIALE POUR APAISER LES CONFLITS FAMILIAUX

**dans le cadre de la perte d'autonomie
d'une personne âgée ou handicapée :**
**entre l'aidant et les autres membres
de la famille ou entre l'aidant et
l'aidé.**

Du lundi au vendredi de 9h à 17h à Castres,
permanence un vendredi sur deux à
Lavaur



VYV3
TERRES D'OC



**Territoire
d'intervention :**
CASTRES

Contact :
05 63 43 26 25
06 37 38 40 11

Mél :
nadege.morales@
umt-terresdoc.fr



SÉANCES DE SOPHROLOGIE COMME SUPPORT DE SOUTIEN AUX AIDANTS

**Partager, prendre du temps pour soi
et retrouver de l'énergie.**

8 à 10 séances de 1h30
de septembre à décembre 2022
les mardis et jeudis



UNAFAM 81



**Territoires
d'intervention :**
LABRUGUIERE

Pôle social - Avenue
Charles de Gaulle

CASTRES
Maison des
associations
Place du
1^{er} Mai

Contact :
06 70 42 50 11
Mél :
81@unafam.org



GRUPE DE PAROLE ANIMÉ PAR UN PSYCHOLOGUE ET UN BÉNÉVOLE

**Ces moments d'échanges entre
personnes ayant un proche souffrant
de troubles/handicap psychiques
permettent d'exprimer vécus et
émotions, de réfléchir, de se remettre
en mouvement.**



Tous les 1^{ers} vendredis du mois
de 17h30 à 19h30
de Septembre à Juin
à Labruguière



LIEU D'ACCUEIL ET D'ÉCOUTE DES AIDANTS DONT UN PROCHE SOUFFRE DE TROUBLES PSYCHIQUES

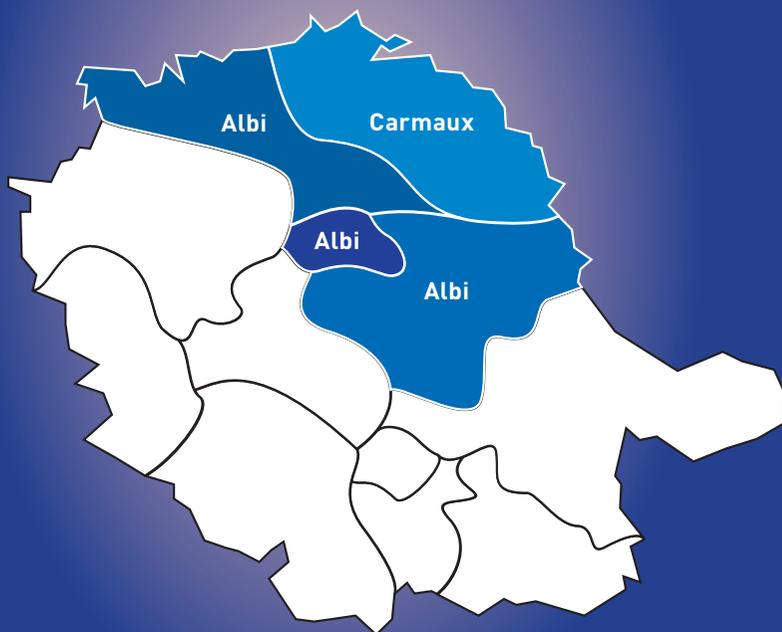


Sur rendez-vous
à Castres et Labruguière

ACTIONS TARN NORD

TARN

LE DÉPARTEMENT



Légende : actions pour les aidants d' :



Enfant

en situation de handicap



Adulte

en situation de handicap



Adulte

âgé.e

L'AADPR
AVEC L'ASAD



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes dans le quotidien animé par une Technicienne en Intervention Sociale et Familiale.

● dates à définir

**Territoire
d'intervention :
BLAYES LES MINES**

**Contact :
05 63 40 62 62**

**Mél :
accueil.aadpr@
gmail.com**



**Transport
de l'aidant**

L'AADPR AVEC
LA FÉDÉRATION
ADMR



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes dans le quotidien animé par une Technicienne en Intervention Sociale et Familiale.

● dates à définir

**Territoire
d'intervention :
ALBI**

**Contact :
05 63 40 62 62**

**Mél :
accueil.aadpr@
gmail.com**



**Transport
de l'aidant**

ADMR DU
GAILLACOIS



**Territoires
d'intervention :**

**VILLENEUVE
SUR VÈRE**

Salle des Aïnés

MARSSAC

Salle Astrolabe
rue de la mairie

Inscription

Contact :

05 63 57 66 84

Mél :

**pfrgaillacois@
admrtarn.fr**



HALTE RÉPIT DÉTENTE

**Offrir un temps de répit aux aidants
qui accompagnent une personne
souffrant de troubles cognitifs.**

- Le mercredi une fois par mois
11 janvier et 8 mars
de 14h à 17h à Villeneuve
- Le jeudi une fois par mois
5 janvier, 2 février et 30 mars
de 14h à 17h à Marssac



ADMR DU
TARN À L'AGOÛT



**Territoire
d'intervention :**

RÉALMONT

Salle du lavoir

Contact :

05 63 55 98 97

Mél :

**contact@
ssi.admr-alban.fr**



HALTE RÉPIT DÉTENTE

**Offrir un temps de répit aux aidants
qui accompagnent une personne âgée
en perte d'autonomie.**

- Le mercredi après midi de 14h à 17h



**Transport
de l'aidé**

Prise en charge
de la personne
aidée ●

AEPH 81



**Territoires
d'intervention :**
CARMAUX
8 rue Littré

CUNAC
Ferme d'Autanet
centre équestre

Prise en charge
de l'enfant ●

Contact :
06 11 28 11 33

Mél :
aeph81@gmail.com



"MON FRÈRE MA SŒUR ET MOI" Actions dédiées aux fratries.

- Un samedi sur deux de 14h à 16h
à Carmaux



CAFÉ PARENTS Un espace d'écoute d'informations et d'échanges.

- Un samedi sur deux de 10h à 12h
à Cunac



LE HANDICAP ET DEMAIN Groupe de parole de parents d'enfants en situation de handicap animé par une psychologue, accueil des enfants organisé.

- 3 séances de groupes de paroles de 2h
avec des parents primo-aidants
11 - 25 février et 4 mars.

Prise en charge des enfants
en séances d'équithérapie
à Cunac





**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison
Départementale de
l'Autonomie - 221 avenue
Albert Thomas

**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Direction
territoriale
de l'AgaPei
8 boulevard
Carnot

Contact :
05 63 48 88 44

Mél :
dt@agapei.asso.fr



**ACCUEIL ECOUTE ET
ACCOMPAGNEMENT**

**des familles et des personnes
concernées par le handicap mental
ou psychique.**

Tous les lundis matins de 10h à 12h
sur rendez-vous



**FORMATION PROCHE AIDANT
de personnes adultes avec troubles
du spectre de l'autisme (TSA) :**
"attentes et participation sociale".

Le jeudi 19 janvier
Intervention de N. CASAVIEILLE



**SOUTIEN INDIVIDUEL PAR UN
PSYCHOLOGUE**

**afin d'être accompagné sur une
difficulté ponctuelle ou une situation
d'urgence.**

4 à 5 séances individuelles



**Territoire
d'intervention :**
CAGNAC

MAS les genêts
Allée Georges
Raffanel

**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Locaux de l'APAJH
46 rue Séré
de Rivières

Prise en charge
de la personne
aidée ●

Sur inscription

Contact :
05 63 45 33 62

Mél :
accueil@apajh81.org



ATELIER

**Les bonnes pratiques de manipulation
de la personne aidée, mobilisation et
aide aux déplacements animé par une
ergothérapeute et un psychologue.**

● Mercredi 1^{er} février de 14h à 17h



**Transport
de l'aidé**



ATELIERS D'INFORMATIONS

**Le droit des personnes, les mesures
de protection, le droit des aidants et
la connaissance des actions animés
par des professionnels de l'APAJH
et la MDA.**

● Le droit des personnes :
le mercredi 11 janvier de 14h à 17h

● Les différentes offres
d'accompagnement :
le samedi 11 mars de 9h à 12h



**Transport
de l'aidé**

ASP TARN NORD



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

15 avenue de Gérone

Contact :
05 63 47 97 59

Mél :
**asptn-benevoles@
orange.fr**



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
**des familles et des patients suivis par
l'Association Soins Palliatifs Tarn Nord.**

Permanence le lundi ou sur rendez vous
dans les locaux de l'ASP



**Territoires
d'intervention :**
ALBI

Maison de quartier
de Cantepau

CARMAUX
Foyer Sainte Cécile
Place sainte Cécile

Contact :
06 12 31 24 14
M^{me} Aurore BRU



**SÉANCES D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE**
dédiées au binôme aidant aidé.



Atelier se déroulant une fois par
semaine : tous les lundis à 10h à
11h à Albi



**SÉANCES D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE**
dédiées au binôme aidant aidé.



Atelier se déroulant une fois par
semaine : tous les jeudis à 14h45
à Carmaux

CENTRE
HOSPITALIER
D'ALBI



**Territoire
d'intervention :**

ALBI

Centre Hospitalier d'Albi
22 boulevard Sibille

Contacts :

05 63 47 43 34

05 63 47 48 22

COMMUNAUTÉ
DE COMMUNES
CARMAUSIN-
SÉGALA 3CS



**Territoires
d'intervention :**

CARMAUX

Polyclinique Sainte
Barbe - 2 avenue de
Neckarsulm

ALMAYRAC

Mairie - Le Bourg

Contact :

06 02 27 36 26

M^{me} Muriel FOURNIER



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

**Entretien individuel pour les patients
et leur famille.**

A la demande



DÉPISTAGE DE LA FRAGILITÉ DES AIDANTS DE PLUS DE 65 ANS

Pour prévenir la perte d'autonomie.

A la demande sur rendez-vous



"PAROLES D'AIDANTS"

**Espace de paroles autour des
questionnements, expériences
d'aidants et auprès des personnes
âgées de plus de 60 ans, animé par
une psychologue.**

Une fois par mois, les jeudis
5 janvier, 2 février et 16 mars de 14h à 16h
à Carmaux

Une fois par mois, les jeudis
19 janvier, 16 février et 30 mars de 14h à 16h
à Almayrac



EHPAD
LES CHARMILLES



**Territoire
d'intervention :**
**LESCURE
D'ALBIGEOIS**

EHPAD Les Charmilles
6 rue de l'Albarède

Contact :
05 63 77 83 30

Mél :
**lescharmilles2@
wanadoo.fr**



HALTE RÉPIT DÉTENTE

**Offrir un temps de répit aux aidants
qui accompagnent une personne
souffrant de troubles cognitifs.**

Accueil de 9h30 à 16h30
le mardi et jeudi avec repas



ENVOL TARN



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison Départementale
de l'Autonomie
221 av. Albert Thomas

Contact :
06 85 62 66 65

Mél :
**secetaireenvoltarn@
orange.fr**



ACCUEIL, ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT

**des familles et personnes
concernées par les troubles
du spectre de l'autisme.**

Les 1^{ers} et 3^{èmes} jeudis matins du mois
de 9h à 12h sur rendez-vous



FAMILLES
RURALES TARN



**Territoires
d'intervention :**
**ALBAN - VALENCE
MARSSAC**

Contact :
05 63 54 15 44
Mél :
**alexandra.petterson@
famillesrurales.org**

**Territoire
d'intervention :**
VALENCE
Pôle d'activité Val 81

Contact :
06 71 69 73 26
M^{me} Véronique
GENIEYS

Prise en charge
de la personne
aidée ●



TEMPS D'ACCUEIL ET D'ÉCOUTE à partir de la friperie itinérante.

Tous les 15 jours sur chaque lieu



UN TEMPS DE PARTAGE entre aidants en milieu rural : groupe de paroles, temps de convivialité.

● Une fois par mois



FRANCE
ALZHEIMER 81



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Restaurant
"La Bonne Maison"
52 rue Emile Grand

**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison de quartier
du Castelviel
Passage Saint Leu

Prise en charge
de la personne
aidée

**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison de l'Amitié
14 place du Palais

**Territoire
d'intervention :**
ALBI
CCAS

2 av. Colonel Teyssier

Contact :
05 63 98 29 88

Mél :
**francealzheimer@
gmail.com**



CAFÉ MÉMOIRE

Rencontre et discussion autour d'un
thème animées par une psychologue
et un bénévole.



3^{ème} samedi
de chaque mois
de 15h à 17h



TEMPS DE RENCONTRE ET DE PARTAGE ENTRE FAMILLES

Participation de la personne aidée,
animé par des bénévoles autour de
jeux de société et goûter.



1^{er} lundi de chaque mois
14h30/16h30



GROUPE DE PAROLE

Temps de partage et d'écoute animé
par un binôme Psychologue et
bénévole.



2^{ème} vendredi
de chaque mois
14h/16h



ACCUEIL DES FAMILLES

pour une écoute, une information
ou une orientation.



Les mardis matins
de 9h à 11h45

FRANCE
PARKINSON



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison
Départementale
de l'Autonomie
221 av. Albert Thomas

Contact :
06 84 20 89 79

**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison de quartier
de Lapanouse
rue du général
Weygand

Contact :
07 66 50 90 15

Mél :
**comite81@
franceparkinson.fr**



ACCUEIL, ECOUTE ET ACCOMPAGNEMENT

**des familles et des personnes
concernées par la maladie.**

Les 1^{ers} et 3^{èmes} lundis matins du mois
de 10h à 12h sur rendez-vous



FORMATION DES AIDANTS "CYCLE DE RENCONTRES THÉMATIQUES"

**5 modules répartis en 6 séances
animés par une psychologue et un
aidant ressource.**

Réunion d'information
le jeudi 15 décembre à 14h

Formation
le jeudi de 14h à 16h30, une fois par mois



MERCI JULIE



**Territoire
d'intervention :**
CARMAUX

Clinique Sainte Barbe
2 avenue Neckarsulm

Contact :
06 52 78 63 66

M^r Rémy Dupont

Mél :
**remy.dupont@
merci-julie.fr**



SÉANCES D'ERGOTHÉRAPIE

**Conseils pour préserver l'autonomie
de son proche et astuces pour
sécuriser son logement.**

Mardis 17, 24, 31 janvier
et le mardi 7 février 2023 de 9h à 12h



PÔLE RESSOURCES
HANDICAP



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

Maison Départementale
de l'Autonomie
221 av. Albert Thomas

Contact :
06 07 26 95 69

Mél :
contact@prh81.fr



ACCUEIL, ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT

**des familles d'enfants en situation de
handicap dans la recherche de places
en crèches, halte-garderie, centres de
loisirs.**

Les 1^{ers} et 3^{èmes} mercredis du mois
De 9h à 12h sur rendez-vous



SYLVER
FOURCHETTE

 SILVER
FOURCHETTE

**Territoires
d'intervention :**
CARMAUX

Centre social - 26
avenue Bouloc Torcatis

MIRANDOL
Salle des fêtes

Contact :

05 63 36 14 40

Mél :

centresocial-cias@3c-sfr



PARTAGER LE PLAISIR DE L'ASSIETTE

Ateliers d'échanges diététique et de cuisine.

- Les mercredis 1^{er} et 15 février
de 14h à 17h à Carmaux
- Les mercredis 15 mars et 5 avril
de 14h à 17h à Mirandol Bourgnounac



VYV3
TERRES D'OC



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

202 avenue
de Pélissier

Contact :

05 63 48 20 40

Mél :

**nadege.morales
@umt-terresdoc.fr**



"AIDANTS AIDÉS À L'ÉCOUTE ET ÉCOUTÉS"

**Soutien individuel par une
psychologue destiné au binôme
aidant-aidé à domicile ou dans les
bureaux de l'UMT.**

A la demande



VYV3
TERRES D'OC



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

202 avenue
de Pélissier

Contact :
05 63 48 20 40

Mél :
nadege.morales
@umt-terresdoc.fr



"LA SOPHROLOGIE EN SOUTIEN AUX AIDANTS"

**Partager, prendre du temps pour soi
et retrouver de l'énergie.**

Les lundis 9 et 23 janvier



UNAFAM 81



**Territoire
d'intervention :**
ALBI

UDAF
Bureau UNAFAM
13 rue des cordeliers

Contact :
06 70 42 50 11

Mél :
81@unafam.org



ACCUEIL D'AIDANTS

**dont un proche souffre de troubles
psychiques.**

Sur rendez-vous du lundi au vendredi



UNAFAM 81



**Territoire
d'intervention :**

ALBI

UDAF

13 rue des cordeliers

Contact :

06 70 42 50 11

Mél :

81@unafam.org



GROUPE DE PAROLE

Co-animé par un psychologue et un bénévole de l'association, ces moments d'échanges entre personnes ayant un proche souffrant de troubles/handicap psychiques permettent d'exprimer vécus et émotions, de réfléchir, de se remettre en mouvement.

Une séance mensuelle
de septembre à juin



INFORMATIONS SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES ET LEUR PRISE EN CHARGE - INFORMATIONS SUR LES RESSOURCES DISPONIBLES

**Journée animée par un professionnel
de santé et un bénévole UNAFAM.**

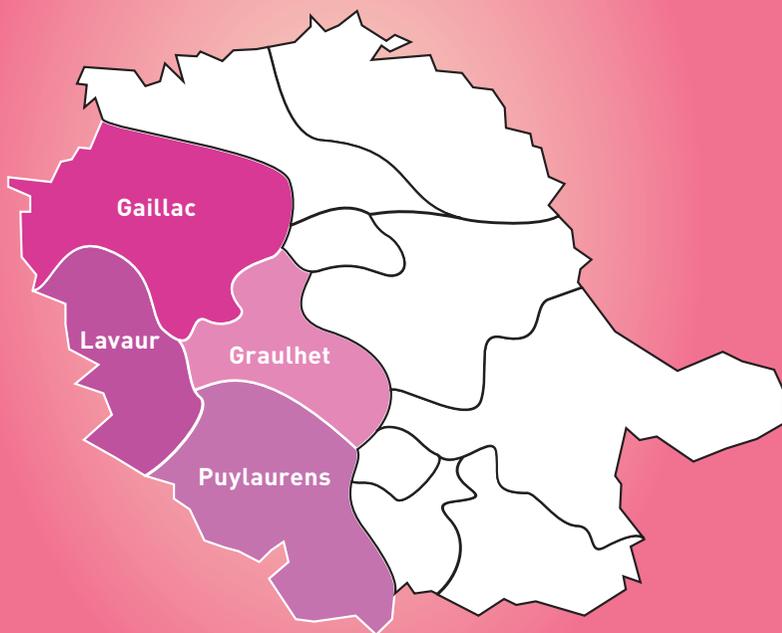
1 journée : 1 à 2 fois par an



ACTIONS TARN OUEST

TARN

LE DÉPARTEMENT



Légende : actions pour les aidants d' :



Enfant

en situation de handicap



Adulte

en situation de handicap



Adulte

âgé.e

L'AADPR



**Territoire
d'intervention :**
RABASTENS

Prise en charge
de la personne
aidée



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes dans le quotidien animé par une Technicienne en Intervention Sociale et Familiale.

● Dates à définir



**Transport
de l'aidant**

L'AADPR
AVEC L'AAFP



**Territoire
d'intervention :**
GRAULHET



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes dans le quotidien animé par une Technicienne en Intervention Sociale et Familiale.

● Dates à définir



**Transport
de l'aidant**

L'AADPR
AVEC LE SADVG



**Territoire
d'intervention :**
GAILLAC



TEMPS D'INFORMATIONS ET D'ÉCHANGES

sur les aides existantes dans le quotidien animé par une Technicienne en Intervention Sociale et Familiale.

● Dates à définir



**Transport
de l'aidant**

Contact :
05 63 40 62 62

Mél :
**accueil.aadpr@
gmail.com**

ADMR DU
GAILLACOIS



Territoires d'intervention :

COUFOULEUX

Salle polyvalente Hervé
de Guerdavid
Rue des Ecoles

SALVAGNAC

Salle Caraven Cachin
Avenue Caraven
Cachin

LAVAU

Résidence autonomie
3 rue Lagarrigue

BRENS

Maison Lapérouse
460 route
de Cadalen

CAHUZAC SUR VÈRE

Maison des Associations
1 rue de l'Escalfadou

Prise en charge
de la personne
aidée

Contact :

05 63 57 66 84

Mél :

pfrgaillacois
@admrtarn.fr



HALTE RÉPIT

Accueil à la demi-journée de la
personne âgée aidée en lui proposant
des activités et permettre du répit à
l'aidant.

- 1 fois par mois le mercredi de 14h à 17h :
18 janvier - 15 février - 29 mars
à Coufouleux
- 1 fois par mois le mardi de 14h à 17h :
3 janvier - 7 février - 21 mars
à Salvagnac
- 1 fois par mois le mardi de 14h à 17h :
17 janvier - 14 février - 14 mars
à Lavaur
- 3 fois par mois le vendredi de 14h à 17h :
13 - 20 - 27 janvier
3 - 10 - 17 février
10 - 17 - 24 mars
à Brens
- 1 fois par mois le mardi de 14h à 17h :
24 janvier - 7 mars
à Cahuzac/Vère



LA PERTE D'UN PROCHE, PARLONS EN !

Dispositif de soutien émotionnel et
social face au deuil et à la souffrance.

à Brens

ADMR "EN PAYS
DE COCAGNE"



**Territoires
d'intervention :**

PUYLAURENS

Halle aux grains
Avenue de Toulouse

SOUAL

Salle des associations
Rue Calas

ST PAUL CAP DE JOUX

Salle de la Mairie
Place de l'Hôtel de ville

Contact :

05 63 75 03 36

Mél :

ssipuylaurens@orange.fr



HALTE RÉPIT DÉTENTE

**Accueil à la demi-journée de la
personne âgée concernée par une
maladie neuro-évolutive en lui
proposant des activités et permettre
du répit à l'aidant.**

- Tous les mercredis matins, après-midi ou journée entière avec panier repas et les jeudis de 14h à 17h à Puylaurens
- Accueil les mardis de 14h à 17h à Soual
- Accueil les mardis de 14h à 17h à Saint Paul Cap de Joux



**Transport
de l'aidé**

APAJH 81



**Territoire
d'intervention :**

LAVAU

Espace St Roch
Maison des Services
au Public
2 rue de l'Abattoir

Contact :

05 63 45 33 62

Mél :

accueil@apajh81.org

Prise en charge
de la personne
aidée



**ATELIER "LES DIFFÉRENTES
MESURES DE PROTECTION"**

**pour concevoir les mesures comme
un véritable soutien (sur inscription).**

- Jeudi 19 janvier de 9h à 12h



**Transport
de l'aidant**

APAJH 81



**Territoire
d'intervention :**
SAINT SULPICE

MAS Lucie Nouet
APAJH du Tarn
3 impasse
Frédéric Chopin

Prise en charge
de la personne
aidée

Contact :

05 63 45 33 62

Mél :

accueil@apajh81.org



GESTION DE LA VIOLENCE

"Comment se protéger et protéger la personne aidée des comportements violents". Apaiser la personne, apaiser la situation de conflit (sur inscription).

● Samedi 14 janvier de 14h à 17h



**Transport
de l'aidant**



GESTES ET POSTURES

Les bonnes pratiques de manipulation de la personne aidée, mobilisation et aide aux déplacements (sur inscription).

● Mardi 24 janvier de 14h à 17h



**Transport
de l'aidant**



DÉGLUTITION

L'accompagnement au repas des proches aidés présentant des troubles de déglutition (sur inscription).

● Lundi 6 février de 14h à 17h



**Transport
de l'aidant**

APAJH 81



**Territoire
d'intervention :**
SAINT SULPICE

Hôtel de ville
salle rez de jardin
Parc Georges Spénale

Contact :

05 63 45 33 62

Mél :

accueil@apajh81.org



ATELIER "LES DIFFÉRENTES OFFRES D'ACCOMPAGNEMENT"

**Pour mieux accompagner le proche
et soutenir l'aidant (sur inscription).**

● Samedi 4 février de 9h à 12h



**Transport
de l'aidant**

COLLECTIF
DES AIDANTS DU
TERRITOIRE DE LA
COMMUNAUTÉ DES
COMMUNES
SOR ET AGOUT



**Territoire
d'intervention :**
**VERDALLE
ET ALENTOURS**

Contact :

05 67 29 04 06

M^{me} Marine AUSSENAC

Mél :

ccas@puylaurens.fr



SÉANCES COLLECTIVES SUR LES GESTES ET POSTURES

**Animées par une ergothérapeute
de la Plateforme de l'Autan.**

Une séance de 2 heures par semaine
pendant 1 mois,
à partir de mi-février



SÉRÉNITARN

PLATEFORME DE L'AUTAN

Plateforme de repit des aidants familiaux



**Territoire
d'intervention :**
PUYLAURENS

Maison des associations
(derrière Intermarché)

**Territoire
d'intervention :**
PUYLAURENS

SSIAD de Puylaurens
Halle aux grains -
Avenue de Toulouse

Prise en charge ●
de la personne
aidée

Contact :
05 63 97 75 72

Mél :
**plateforme-repit@
serenitarn.fr**



RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

**Groupe d'échanges avec la
psychologue de la Plateforme
de l'Autan.**

● Jeudi 16 février à 14h



FORMATION DES AIDANTS

**Module 1 "Quand la maladie, le
handicap s'imisce dans la relation
au proche".**

● Pré-rencontre : Mercredi 15 février à 14h

● Module 1 : Mercredi 8 mars à 13h30

**Module 2 "Etre aidant, une posture,
des besoins, des attentes, des limites".**

● Module 2 : Mercredi 15 mars à 13h30

**Module 3 "La relation au quotidien
avec mon proche".**

● Module 3 : Mercredi 22 mars à 13h30

**Module 4 "Trouver sa place avec les
professionnels".**

● Module 4 : Mercredi 29 mars à 13h30



CCAS ST SULPICE



**Territoire
d'intervention :**
SAINT SULPICE

11 chemin
de la planquette
Espace Sicard
d'alaman

Prise en charge
de la personne
aidée

Contact :
05 63 34 10 50

Mél :
**service.social@
ccas81370.fr**



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL POUR LES AIDANTS DE PROCHES ÂGÉS

**Groupe de codéveloppement entre
pairs.**

● 1 mercredi sur 2 de 9h30 à 11h30



**Transport
de l'aidant**



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL POUR PERSONNES DE PLUS DE 60 ANS

**Permanence d'accueil et d'écoute
individuelle et un groupe de
codéveloppement entre pairs auprès
des plus de 60 ans animés par une
psychologue.**

● 1 mardi sur 2 : groupe de paroles

● 1 mardi sur 2 : entretien individuel
de 9h30 à 11h30



**Transport
de l'aidant**



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL DES AIDANTS DE PROCHES EN SITUATION DE HANDICAP

**Groupe de codéveloppement
entre pairs.**

● 1 jeudi sur 2 de 9h30 à 11h30



**Transport
de l'aidant**

CESURE

ACCUEIL
TEMPORAIRE
C[é]sure

**Territoire
d'intervention :**
GAILLAC

Accueil
Temporaire Césure :
50 Petit chemin
de Viars

Contact :

05 63 33 87 82

Equipe Educative :

06 49 00 35 13

Mél :

**contact@accueil-
temporaire-cesure.fr**



ACCUEIL TEMPORAIRE

pour des personnes adultes
handicapées souffrant de troubles
intellectuels, mentaux, moteurs ou
sensoriels.

ACCUEIL DE JOUR OU HÉBERGEMENT SUR PLUSIEURS JOURS

Tous les jours



EHPAD
PUYLAURENS



**Territoire
d'intervention :**
PUYLAURENS

3 Av. de Saint-Paul

Contact :

05 63 75 00 01

M^{me} Nadège
LABEYRIE

Mél :

**psyresident.
residencelesmoulins
@orange.fr**



SÉANCES COLLECTIVES

Pour rompre l'isolement par la
stimulation cognitive motrice et
émotionnelle.

Utilisation de casques de réalité
virtuelle et tablettes.

Les jeudis après-midis de 14h30 à 16h00

Tous les 15 jours



EHPAD SAINT
FRANÇOIS - CADALEN



**Territoire
d'intervention :**
CADALEN

Route de Réalmont

Contact :
05 63 33 01 80

Mél :
**secretariat-saint-francois
@groupe-sos.org**

Prise en charge
de la personne
aidée ●



GROUPE DE PAROLE

**Animé par un psychologue
pour les aidants accompagnant
un proche en établissement et à
domicile.**

● 1 fois par mois



FAMILLES
RURALES TARN



**Territoires
d'intervention :**
GAILLAC

**SALVAGNAC
VÉNÈS**

Contact :
05 63 54 15 44

Mél :
**alexandra.pettersson
@famillesrurales.org**



TEMPS D'ACCUEIL ET D'ÉCOUTE

à partir de la friperie itinérante.

Tous les 15 jours sur chaque lieu



GROUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS

**avec possibilité d'un suivi individuel
avec la psychologue.**

1 fois par mois à Gaillac



FAMILLES
RURALES TARN



**Territoire
d'intervention :**
VÉNÈS

7 Rue de
la Briquèterie

Contact :
05 63 75 04 01



GROUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS

**avec possibilité d'un suivi individuel
avec la psychologue.**

1 fois par mois



GROUPE
D'ENTRAIDE
MUTUELLE
LE TREDUNION



**Territoire
d'intervention :**
GAILLAC

4 avenue
Albert Camus

Contact :
05 63 41 06 01
06 01 74 39 98
M^{me} Laure NGUEGAN

Mél :
**gemgaillac.coordination
@gmail.com**



ACCUEIL / RÉPIT

**Espace d'accueil convivial,
de rencontres, de partages,
d'échanges de savoir-faire pour
la personne présentant un
handicap psychique.**

Du lundi au vendredi
En journée, toute l'année



GROUPE
D'ENTRAIDE
MUTUELLE
MON UNIVERS
INVISIBLE



**Territoire
d'intervention :**
LAVAU
En Dumes

Contact :
06 29 13 71 39
M^{me} Caroline Dromard

Mél :
**gem.mon.univers.
invisible@gmail.com**



ACCUEIL / RÉPIT

Espace de rencontre, de réflexion,
de liberté et d'activités pour
permettre aux adultes se
reconnaissant dans le spectre
de l'autisme (TSA) de se rencontrer
et se soutenir.

Du lundi au vendredi
En journée, toute l'année



CENTRE
HOSPITALIER
DE LAVAU



**Territoire
d'intervention :**
LAVAU
1 place Viala

Contact :
05 63 58 80 98

Mél :
**secretariat.
consultmemoire@
ch-lavour.fr**



DÉPISTAGE DE LA FRAGILITÉ DES AIDANTS ÂGÉS DE PLUS DE 65 ANS AVEC LE PROGRAMME ICOPE

afin de prévenir la perte d'autonomie.

A la demande
Sur rendez-vous



JALMALV
SOUTIEN PRÉSENCE



**Territoire
d'intervention :**

LAVAU

10 chemin
de la Gravette

Contact :

05 63 58 66 51

Mél :

**soutien-presence@
wanadoo.fr**



ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL en établissements ou à domicile.

Permanence le vendredi de 10h à 12h
et sur rendez-vous



OTÉMA
TSA



**Territoire
d'intervention :**

GIROUSSENS

Contact :

06 33 77 62 40

Mél :

contact@otema-tsa.fr



ÉCOUTE, INFORMATION AUTISME sur la scolarité ou l'insertion sociale et professionnelle. Orientation si besoin vers différents dispositifs.

Rendez-vous en présentiel, téléphone et
visio



SERENITARN

PLATEFORME DE L'AUTAN

Plateforme de répit des aidants familiaux



**Territoire
d'intervention :**
SUD DU TARN
AUSSILLON

104 avenue
de Toulouse
(déplacement au
domicile)

**Territoire
d'intervention :**
SUD DU TARN
AUSSILLON

104 avenue
de Toulouse

Prise en charge
de la personne
aidée

Contact :
05 63 98 75 72

Mél :
plateforme-repit@
serenitarn.fr



**FORMATION INDIVIDUELLE
DES AIDANTS**

pour se rapprocher des aidants
qui ne peuvent pas se déplacer et
qui accompagnent des personnes
souffrant de maladie neuro-
évolutive (Alzheimer, Parkinson,
Sclérose en plaque). Formation en
4 modules pour aborder la maladie,
les aides, sa place d'aidant.



● A la demande



**RELAXATION EN COLLECTIF,
ATELIER DE NATUROPATHIE,
JOURNÉES ET WEEK-END "DÉTENTE"
AIDANT/AIDÉ, FORMATION DES
AIDANTS FAMILIAUX, TEMPS
D'ÉCHANGE ET DE CONVIVIALITÉ**



● Contacter la structure,
planning disponible
en ligne mda.tarn.fr



**RÉPIT À DOMICILE ET TEMPS
LIBÉRÉ, RELAXATION INDIVIDUELLE**

pour se détendre et contrôler
ses émotions. Avec un atelier sur
le maintien, mobilité, travail de
l'équilibre.



● Contacter la structure,
planning disponible
en ligne mda.tarn.fr

SERVICE D'AIDE
À DOMICILE
VÈRE GRÉSIGNE



**Territoires
d'intervention :**

CAHUZAC SUR VÈRE

13 rue de l'Escalfadou

RABASTENS

4 Rue Élie Aymeric

Contact :

05 63 33 95 44

Mél :

contact@sadvg.fr



ATELIERS COLLECTIFS

animés par une psychologue afin
de favoriser l'expression du soi,
retrouver le lien social, stimuler la
créativité, renouer avec soi.

● 1h30 tous les quinze jours
à partir d'octobre 2022



**Transport
de l'aidant**

NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

Pour plus d'informations,
rendez-vous sur le site
mda.tarn.fr



Numéro unique

05 81 27 70 07

WWW.TARN.FR



Maison Départementale de l'Autonomie
221 Avenue Albert Thomas
BP 10 055 - 81027 ALBI cedex 09
Téléphone : 05 81 27 70 07
Mél : contact.mda@tarn.fr