

## LES PERMANENCES DES ANTENNES DE L'ALLIER

### **Siège social de MOULINS**

ASSOCIATION France ALZHEIMER ALLIER  
Sésame – 1 et 3 rue Berthelot - 03000 MOULINS

☎ : 04 70 48 51 28

Mardi et Vendredi de 14 h 00 à 17 h 00

### **VICHY** ⇒ Maison des Associations

Place de l'Hotel de Ville - 03200 Vichy

☎ : 07 52 04 59 10 - 06 12 47 49 09

4<sup>ème</sup> jeudi du mois de 14 h 00 à 17 h 00

### **MONTLUÇON** ⇒ Espace Boris Vian

27 rue des Foucheroux – Fermette des Ilets  
03100 Montluçon

☎ : 06 82 37 59 15 - 07 54 37 51 40

3<sup>ème</sup> Lundi de 14 h 00 à 16 h 00

### **ST POURCAIN / SIOULE** ⇒ Hôpital

43 rue des Fossés - 03500 St Pourçain S/Sioule

☎ : 04 70 45 32 46

OU 04 70 45 65 12

Dernier Vendredi du mois de 14 h 00 à 16 h 00

### **DIOU** ⇒ Le Prieuré

Le Prieuré - 03290 Diou

☎ : 09 54 16 75 45

2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> Mercredi du mois de 14 h 00 à 17 h 00

### **LAPALISSE** ⇒ Maison de services au public

Bd de l'Hotel de Ville - 03120 Lapalisse

☎ : 07 52 04 59 10 - 06 12 47 49 09

4<sup>ème</sup> Vendredi du mois de 14 h 00 à 16 h 00

### **ST GERMAIN DES FOSSES** ⇒ Maison France service

Mairie 2 Rue de Moulins – 03260 ST Germain des F.

☎ : 06 42 80 99 89

4<sup>ème</sup> jeudi du mois de 14 h 00 à 16 h 00

France Alzheimer milite depuis longtemps pour faire reconnaître le rôle essentiel des aidants familiaux.

Nous faisons de notre mieux pour répondre à vos besoins et à ceux de vos proches en vous proposant divers ateliers et lieux d'écoute dans notre département.

Toutes nos actions sont gratuites mais afin de respecter la législation en matière d'assurance, chaque participant doit être à jour de sa cotisation.

N'hésitez pas à nous joindre pour tous renseignements...

#### Association France Alzheimer Allier :

Batiment Sésame 1 et 3 rue Berthelot  
03000 MOULINS

☎ : 04 70 48 51 28

mail : [france.alzheimer03secretariat@yahoo.com](mailto:france.alzheimer03secretariat@yahoo.com)

Site : [www.francealzheimer-allier.org](http://www.francealzheimer-allier.org)

Association affiliée à FRANCE ALZHEIMER

11 Rue Tronchet - 75008 PARIS

☎ : 01 42 97 52 41 IPNS



## Que propose t-on dans l'Allier ?

ACCUEILLIR

ECOUTER

INFORMER

ACCOMPAGNER

UN MALADE,  
C'EST TOUTE UNE FAMILLE QUI A BESOIN D'AIDE

# LES ANTENNES DE L'ALLIER VOUS PROPOSENT



**Les Entretiens Individuels** sont conduits par un psychologue pour accompagner les décisions importantes et aider les familles à traverser des épisodes difficiles. Ces entretiens permettent aux aidants de désamorcer une situation de crise, de soutenir et accompagner une décision difficile générant un fort sentiment de culpabilité. **Sur demande dans tout le département**



**Les Groupes de parole** réunissent une fois par mois, des familles qui souhaitent échanger sur les problématiques vécues au quotidien. Ils sont animés par une psychologue qui va permettre de diminuer les angoisses et la culpabilité de l'aidant, prévenir les situations d'épuisement, apporter du soutien et rompre le sentiment de solitude via les échanges personnels entre les familles. **St Pourçain, Vichy, Montluçon et Diou**



**Les ateliers de sophrologie** : Ateliers de 5-6 personnes, ils sont proposés aux aidants familiaux dans le but d'apporter un moment de détente et de répit, apprendre à mieux gérer son stress et ses émotions. **Vichy**



**La Formation des Aidants** : Cette formation s'adresse aux personnes qui accompagnent un parent ou un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Cette formation est co-animée par un binôme Psychologue / Bénévole spécifiquement formés ensemble pour cette action. **Lieux à définir**



**Les Ateliers Mémoire** : réunis autour d'activités mobilisant les capacités cognitives préservées, les participants se retrouvent chaque semaine dans un lieu favorisant les rencontres et la convivialité tout en sollicitant les compétences de chacun lors des exercices imaginés et animés par la psychologue. Valoriser les capacités préservées, maintenir les contacts sociaux, l'estime de soi et prendre du plaisir sont les objectifs recherchés. **Montluçon, Vichy et Moulins**



**Les Ateliers Détente ou Ateliers relais** : Accueillis dans un espace chaleureux, les malades se retrouvent régulièrement pour partager ensemble un moment agréable lors d'activités de loisirs. Des intervenants extérieurs complètent l'offre d'activités : médiation artistique et musicale, relaxation, gymnastique douce, etc. **DIOU**

**Les ateliers d'Art-thérapie** : Ateliers destinés au couple aidant/aidé, espace dédié à la création, à l'expression libre, un temps de pause et de répit pour arriver à une relation plus sereine dans le couple. **Vichy, Moulins (Montluçon en projet)**



**Les activités occasionnelles** : tout au long de l'année, les antennes de l'association France Alzheimer Allier proposent aux familles des sorties locales telles que des marches, balades en calèche, médiation animale, visite de musées, vous pouvez contacter le siège de Moulins pour plus de renseignements. **Dans tout le département**