



# Accompagn' Aidants

Plateforme d'Accompagnement et de Répit

Accompagner

Écouter

Former

Soutenir

Accueillir

Souffler

Informer

Service de soutien aux Aidantes de personnes  
fragilisées par l'âge ou une maladie neuro-évolutive

02 90 02 36 37

[accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr](mailto:accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr)

[www.cias-ouest-rennes.fr](http://www.cias-ouest-rennes.fr)

# Accompagn'Aidants

Plateforme d'accompagnement et de Répit

CIAS à l'Ouest de Rennes & Centre Hospitalier Brocéliande



Notre secteur d'intervention

Place Toulouse Lautrec

35310 Mordelles

02 90 02 36 37

[accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr](mailto:accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr)

[www.cias-ouest-rennes.fr](http://www.cias-ouest-rennes.fr)



## Être aidant-e, c'est quoi ?

- Une personne de votre entourage proche est en perte d'autonomie du fait de son âge, de troubles de la mémoire, d'une maladie.
- Vous êtes là pour lui ou elle, vous l'aidez à accomplir des activités de la vie quotidienne qu'il-elle ne peut plus faire seul-e.
- Vous êtes le pilier qui rend la vie à domicile de votre proche encore possible, même si vous ne vivez pas forcément avec lui.

Ce rôle de proche aidant est un véritable engagement qui impacte souvent sa propre vie personnelle et professionnelle, sa santé et son bien-être.



## Pourquoi une plateforme de répit ?

- Pour vous apporter une écoute et un soutien individuel
- Pour vous informer et mieux comprendre la maladie
- Pour vous accompagner vers des solutions de répit
- Pour échanger et rencontrer d'autres aidants, vivant une situation similaire
- Pour vous proposer des activités de bien-être afin de rompre avec le quotidien
- Pour partager des moments conviviaux
- Pour vous orienter vers nos partenaires et services existants en fonction de vos besoins



## Concrètement, comment ça marche ?

Vous contactez la Plateforme de Répit par téléphone ou par mail. Un rendez-vous vous est proposé dans nos locaux, à proximité de chez vous ou à domicile. Nous construisons ensemble une réponse adaptée à vos besoins et vos attentes.



Retrouvez le calendrier de nos actions sur notre site internet.