



CHU DE REIMS



PARAF

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT
AUX AIDANTS FAMILIAUX

Vous vous occupez d'un proche atteint d'une **maladie neuro-évolutive** (Alzheimer, Parkinson, sclérose en plaques, ...) ou **en perte d'autonomie** ?



La PARAF vous propose
un accompagnement personnalisé et gratuit.

Etablissement de proximité,
soins d'excellence

www.chu-reims.fr

Suivez l'actualité du CHU sur

► Accompagnement **personnalisé**

- > Vous vous sentez épuisé ?
- > Vous souhaitez un accompagnement psychologique ?
- > Vous avez besoin d'aide pour maintenir la communication, comprendre la maladie, préserver les liens familiaux et mieux vivre votre rôle d'aidant sans vous isoler ?

L'équipe des professionnels de la PARAF vous accompagne

// **COMMENT ?**

La PARAF vous propose :

- > Des informations sur les aides existantes sur le territoire (sphère médicale et sociale).
- > Une rencontre avec une psychologue dans les locaux de la PARAF ou bien à domicile pouvant évoluer vers un suivi psychologique.
- > Une rencontre avec une Conseillère en Economie Sociale Familiale et/ou un médecin gériatre (selon la situation).
- > Un espace de parole et des conseils adaptés à vos besoins.

La PARAF intervient sur l'ensemble du GRAND REIMS



Face à l'épuisement que peut engendrer votre rôle d'aidant, l'équipe de la PARAF tentera de vous accompagner en trouvant ensemble les réponses adaptées à la singularité de votre situation.

► Groupes de **parole**



BISTROT MÉMOIRE

Il s'oriente vers l'accueil de **personnes souffrant de troubles de la mémoire**, accompagnées de leurs proches aidants.

Une thématique est suggérée un **mardi** par mois de **15 h à 17 h** par différents intervenants (santé, arts, bien-être, culture, etc.).

L'équipe se compose de plusieurs professionnels (psychologues, animatrice, soignantes travaillant en EHPAD) et d'une équipe de bénévoles formés.



CAFÉ DES AIDANTS

Il s'oriente vers l'accueil des **aidants** de tout âge et quelle que soit la pathologie de la personne accompagnée.

Une thématique est suggérée un **jeudi** par mois de **15 h à 16 h 30**.

L'équipe se compose d'une psychologue et d'un travailleur social du CLIC de l'agglomération rémoise.

Ces deux groupes de parole se déroulent dans un espace neutre, non institutionnalisé au cœur de la ville en accès libre.

Avant tout, ils se veulent être un lieu de partage et d'échanges permettant de s'exprimer, de partager ses ressentis, ses interrogations, son vécu ou encore de créer du lien.



► Activités de **bien-être**

INSTANT POUR SOI

Il s'oriente vers l'accueil des **aidants** s'occupant d'une personne âgée, atteinte d'une maladie neuro-évolutive (Alzheimer, Parkinson, Sclérose en plaque...) ou en situation de perte d'autonomie à domicile.

Une activité est proposée un **vendredi** par mois de **14 h à 16 h** par différents intervenants.

Nécessité de s'inscrire pour pouvoir participer.



Instant pour soi souhaite vous faire découvrir des outils par le biais de méthodes non médicamenteuses afin de vous permettre de mieux vivre votre rôle d'aidant, en vous appuyant sur vos propres ressources/capacités.

► Vous êtes intéressé(e), **contactez-nous :**



au **03 26 78 35 12**



paraf@chu-reims.fr



RÉSIDENCE WILSON

25 Bis, Boulevard du Président Wilson - 51092 REIMS Cedex



Du **lundi** au **vendredi** de **8 h 30** à **16 h 30**

► Les **partenaires**

La Plateforme d'Accompagnement et de Répit aux Aidants Familiaux (PARAF) s'inscrit dans le cadre du plan des Maladies Neurodégénératives 2014-2019.

