

DORMIR  
PRENDRE  
UN THÉ  
AVEC UNE  
AMIE SORTIR

FAIRE LES BOUTIQUES  
DORMIR  
ALLER CHEZ LE COIFFEUR  
SE REPOSER  
JOUER AUX CARTES

CONSULTER LE MÉDECIN

ALLER À LA PISCINE  
FLÂNER

CONSULTER LE MÉDECIN  
SE REPOSER

LIRE UN LIVRE

BRICOLER

# PRENDRE DU TEMPS POUR MIEUX AIDER

FAIRE DU VÉLO  
JARDINER

DORMIR

ALLER AU CINÉMA SE DÉTENDRE

# HALTE-RÉPIT

JARDINER SE PROMENER

FAIRE LES BOUTIQUES

ALLER AU CINÉMA

FLÂNER

JOUER AUX CARTES

LIRE UN LIVRE

DORMIR

CINÉMA

SE REPOSER

ALLER À LA PISCINE

DORMIR

JARDINER

BRICOLER

FAIRE DU VÉLO

PRENDRE UN CAFÉ AVEC UN AMI



## **Vous aidez un proche fragilisé par l'âge ou par une maladie neurodégénérative ?**

Nous vous proposons de l'accueillir quelques heures, quand vous en avez besoin ou envie, au sein de la Maison des aidants.

### **Pour votre proche :**

de la convivialité, des activités stimulantes et/ou relaxantes, la création de nouveaux liens sociaux.

### **Pour vous :**

du temps libre, du repos, des activités... en toute confiance.

## **Quelle équipe ?**

L'accueil et les activités sont encadrés par une assistante de soins en gérontologie et une aide soignante.

La psychologue et la conseillère sociale de la Maison des aidants, coordonnent le service.

## **Combien ?**

La participation à une demi-journée coûte 10 euros. Il s'agit d'un tarif forfaitaire, quel que soit le temps passé à la Halte-répit.

## **Comment cela fonctionne ?**

Vous vous inscrivez lors d'un entretien au service, en présence de votre proche. Vous réservez ensuite par un simple appel les créneaux horaires qui vous intéressent entre 1 semaine et 24 heures avant la date souhaitée.

## **Jours et horaires d'ouverture :**

**Lundi :** 9h30 - 12h et 14h30 - 17h  
**Mardi :** 14h30 - 17h  
**Jedi :** 9h30 - 12h  
**Vendredi :** 9h30 - 12h et 14h30 - 17h

Votre proche peut arriver et repartir quand vous le souhaitez sur ces horaires. Nous n'organisons pas le transport, mais nous pouvons vous conseiller sur les différentes possibilités existantes.

## **Vous hésitez ?**

Une offre découverte vous permet de bénéficier d'une demi-journée d'essai gratuite et sans engagement.

## **OÙ S'ADRESSER ?**

### **• Maison des aidants**

2 rue de Courson - 44000 Nantes

Tél. : 02 51 89 17 60

Email : [maisondesaidants@mairie-nantes.fr](mailto:maisondesaidants@mairie-nantes.fr)

Accueil du lundi au vendredi de 14h à 18h, et le 1<sup>er</sup> samedi du mois de 8h30 à 12h30.

### **Nous contacter**

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes  
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1

Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes