

Programme des animations de
la MAISON des
entr'AIDANTS

été 2025

Vous veillez sur eux ?
Nous veillons sur vous...



Souffler enfin !



L'été approche à grands pas.

Les oiseaux chantent plus fort, les jours s'étirent paresseusement. C'est le moment de lever le pied, de poser ses bagages... même si on ne part pas !



Vous qui donnez sans compter, qui veillez jour après jour, vous méritez ces instants précieux. Une sieste au soleil, un livre dévoré d'une traite, un café savouré lentement. Ces petits bonheurs valent tous les grands voyages.

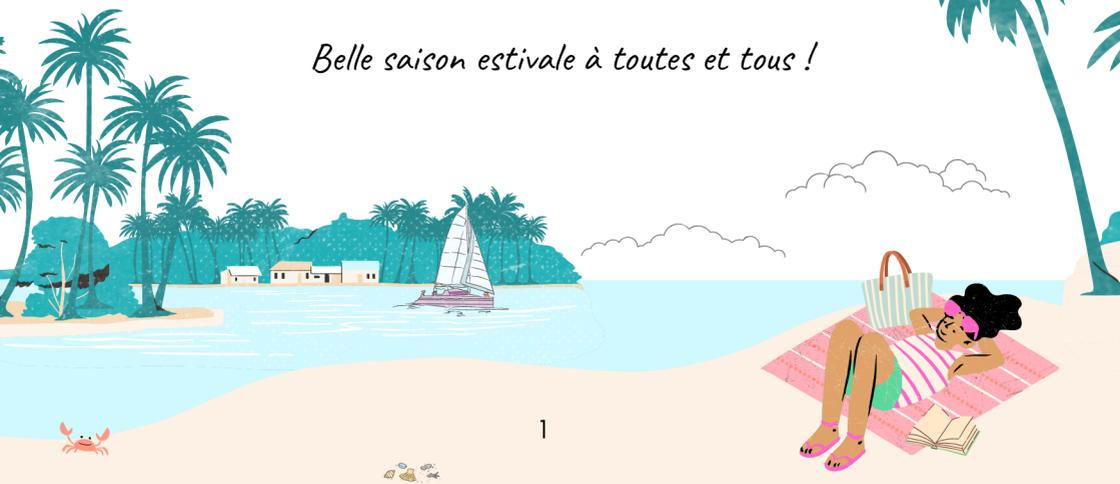
Partir ou rester, l'important est de souffler. De retrouver ce "moi" parfois oublié dans le tourbillon du quotidien. Quelques heures, quelques jours... chaque pause compte.

Dans ce programme, nous vous proposons des bulles d'air frais. Des ateliers pour vous ressourcer, des moments pour vous retrouver. Car prendre soin de soi, c'est aussi prendre soin de l'autre.



Alors, prêts à vous offrir ce répit bien mérité ?

Belle saison estivale à toutes et tous !



ÉMISSION RADIOPHONIQUE

JEUNES AIDANTS

Un espace d'expression authentique où les jeunes aidants deviennent les acteurs de leur propre récit.

Cette émission radiophonique, diffusée sur Radio Pulsar, donne la parole aux jeunes aidants qui accompagnent un membre de leur famille au quotidien.

Un projet créatif et collaboratif :

Accompagnés par un animateur, un psychologue et une journaliste professionnelle, les jeunes participants créent eux-mêmes le contenu de leur émission : slams, poèmes, interviews et micros-trottoirs reflètent leur vécu et leur regard unique sur leur rôle d'aidant.

Modalités pratiques :

Ateliers de création : Un mercredi sur deux (hors vacances scolaires) à l'école maternelle Simone Veil, à Buxerolles, sur inscription.

Encadrement :

Équipe pluridisciplinaire (animation, psychologie, journalisme)



Contact et inscription :

06 09 51 80 67

maisondesaidants@buxerolles.fr

LA PAUSE-CAFÉ DES AIDANTS

La Pause Café des Aidants, c'est un temps pour partager une boisson et souffler. On échange, on se soutient, on rigole parfois... entre personnes qui comprennent ce que c'est qu'être aidant. Un petit moment rien qu'à soi, ça change tout !

Jeudis 10, 24 et 31 juillet, 7 et 14 août, 4 septembre - 9h30 - 11h30

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne poste, 86180 Buxerolles
Animé par Valérie Escola ou Juliette Congourdeau

Jeudis 3 juillet, 7 août et 4 septembre - 14h30 - 16h30

EHPAD Les Fougères, 1 allée des Fougères, 86440 Migné-Auxances
Animé par Isabelle Rezzoug

Vendredis 11 et 25 juillet, 8 et 22 août, 5 et 19 septembre - 9h30 - 10h30

Cabinet médical de Bignoux, 37 rue de la Forêt, 86800 Bignoux
Animé par Juliette Congourdeau

Mardis 1er juillet, 5 août, 2 septembre - 10h00 - 12h00

EHPAD Logis du Val de Boivre, 2 Rue de Gratteloup, 86580 Vouneuil-sous-Biard
Animé par Isabelle Rezzoug

LA PAUSE-CAFÉ DES PARTENAIRES

La plateforme de Répit Nord Vienne s'invite à la Pause des Aidants, pour échanger et vous informer sur les solutions d'accompagnement et de répit. Possibilité de venir seul ou avec son proche aidé. Animé par Béatrice Bruneau et Valérie Escola ou Juliette Congourdeau.

Jeudis 17 juillet, 28 août et 25 septembre - 9h00 - 12h00

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

CAFÉ AVC

France AVC86 vous invite à un moment convivial, d'échange et de soutien autour des conséquences de l'AVC. L'association aide les patients et les familles de patients victimes d'AVC. Animé par Fanny Terrasson et Valérie Escola ou Juliette Congourdeau.

Jeudis 17 juillet, 21 août et 18 septembre - 9h30 - 11h30

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

PERMANENCE AUTISME VIENNE

Autisme Vienne soutient une soixantaine de familles avec écoute, conseils, formations et aides variées. Présidente de l'association, Nicole Collot se bat pour une plus grande inclusion des personnes autistes dans la société. Elle vous accueille avec Valérie Escola.

Judi 3 juillet - 9h30 - 11h30

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

PERMANENCE INFOS ET DROITS

Des questions sur vos droits en tant qu'aidant ? Besoin d'y voir plus clair ? La permanence Infos Droits des Aidants est là pour vous : un temps d'échange individuel avec une professionnelle pour faire le point sur vos démarches, aides possibles, congés, protections juridiques... Gratuit, confidentiel, et surtout... utile ! Animé par Isabelle Rezzoug.

Vendredis 11 juillet, 1er août et 5 septembre - 9h00 - 11h30

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

PAIR-AIDANCE

"Parler de ma vie affective en tant qu'aidant.e"

La dimension affective constitue un besoin humain qui est bouleversé par le rôle d'aidant. Que l'on accompagne un parent ou un enfant au quotidien, concilier cette responsabilité avec une relation amoureuse représente un véritable défi. De même, lorsque c'est notre conjoint que nous aidons, nos liens avec la famille et les amis s'en trouvent transformés. En tant qu'aidant, il est crucial de pouvoir échanger sur ces réalités intimes qui touchent au cœur de nos relations humaines. Animé par Cyrille Gallion.

Vendredi 12 septembre - 14h30 - 17h00

Maison des Projets, salle 6, 48 avenue de la Liberté, 86180 Buxerolles

« Les directives anticipées » Animation et débat-discussion

Quand les mots ne peuvent plus sortir, les directives anticipées prennent le relais. C'est un message laissé à l'avance, noir sur blanc, pour guider les soignants sur ce qui est souhaité : continuer, alléger ou arrêter les soins. Un geste simple, pour que les choix de chacun soient respectés, même en silence. Animé par Geneviève Gaudin et Isabelle Rezzoug.

Vendredi 26 septembre - 9h00 - 12h00

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles



LA PARENTHÈSE DES AIDANTS, ATELIER THÉÂTRE

Grâce aux outils du théâtre, vous développerez vos capacités d'écoute et de communication, tout en découvrant des stratégies pour gérer les situations difficiles. L'atelier permet de renforcer l'intelligence émotionnelle, et d'apaiser les tensions liées à l'accompagnement. Animé par Frédérique Lucas.

Vendredis 22 août, 5 septembre - 14h00 - 17h00

Mairie de Buxerolles, salle du Conseil, 12 rue de l'Hôtel de Ville, 86180 Buxerolles

Vendredis 4 juillet et 19 septembre - 14h00 - 17h00

Maison des Projets, salle Conviviale, 48 avenue de la Liberté, 86180 Buxerolles

ATELIER ÉCRITURE

L'atelier d'écriture théâtrale c'est votre espace collectif et créatif conçu pour vous permettre d'exprimer, de mettre en mots et en scène votre vécu, vos émotions et vos défis quotidiens. Animé par Juliette Congourdeau ou Valérie Escola.

Judis 3 et 17 juillet, 21 août, 4 et 18 septembre - 14h00 - 17h00

Maison des Projets, 48 Avenue de la Liberté, 86180 Buxerolles

CHANT PLAISIR

Le "chant plaisir" est axé sur le bien-être, sans exigence de performance. Venez vous faire plaisir, vous exprimez librement et partager un moment musical collectif avec l'association Happy Charly. Animé par Nicolas Querat.

Samedis 12 juillet et 13 septembre - 14h00 - 18h00

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

ATELIER DE RÉPIT RADIOPHONIQUE JEUNES AIDANTS

Un projet créatif et collaboratif. Accompagnés par un animateur, un psychologue et une journaliste professionnelle, les jeunes participants créent eux-mêmes le contenu de leur émission : slams, poèmes, interviews et micros-trottoirs reflètent leur vécu et leur regard unique sur leur rôle d'aidant. Animé par Pablo Bâtard, spécialiste jeunesse et Anaïs Greusard, journaliste Radio Pulsar.

Mercredis 10 et 24 septembre - 14h00 - 17h00

École maternelle Simone Veil, 17 rue Hippolyte Véron, 86180 Buxerolles



INITIATION DANSE ORIENTALE

Envie de bouger et de de vous détendre ? Offrez-vous une parenthèse d'une heure avec une initiation à la danse orientale, spécialement pensée pour les aidants. Pas besoin de savoir danser, juste l'envie de lâcher prise, Et de bouger en douceur et en rythme. Animé par Laurie Martin.

Vendredi 29 août - 14h30 - 15h30

Maison des projets, salle Coviviale, 48 avenue de la Liberté, 86180 Buxerolles

SHOPPING "BRADERIE"

Et si on sortait ensemble ? À l'occasion de la braderie de Poitiers, vous partirez en balade au cœur de l'événement. Une matinée pour flâner, papoter, respirer... et profiter d'un moment convivial, loin du quotidien. Animé par Valérie Escola.

Mardi 2 septembre - 9h00 - 11h30

Centre ville de Poitiers

QI GONG

Puisé dans la sagesse millénaire de la médecine chinoise, le Qi Gong est une pratique simple, accessible à tous, qui reconnecte corps et esprit. Pour les aidants, c'est une véritable bulle d'oxygène : un moment pour souffler, se recentrer, et recharger ses batteries grâce à une énergie douce mais puissante. Un allié précieux au quotidien, quand on donne beaucoup... pour aussi penser un peu à soi. Animé par Vanessa Auclair.

Jeudi 11 septembre - 16h00 - 17h00

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles

ATELIER BIEN-ÊTRE PAR LES PLANTES

Un moment de bien-être... au naturel ! Lors de cet atelier, les aidants découvrent les vertus des plantes pour apaiser le corps et l'esprit : tisanes et astuces simples pour le quotidien. Un temps pour soi, pour souffler, échanger... et repartir avec des conseils doux comme la camomille. Animé par Laurence Roy.

Jeudi 28 août - 14h30 - 16h30

Salle municipale Pierre Sabourin, derrière l'ancienne Poste, 86180 Buxerolles





LA MAISON DES ENTR'AIDANTS

86180 BUXEROLLES

06 09 51 80 67

Permanences téléphoniques
du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h

Accueil physique et visites à domicile sur RDV

maisondesaidants@buxerolles.fr

**L'inscription aux activités est obligatoire
(sauf pause-café des aidants)**

Besoin d'aide pour votre proche pendant les activités ?
Un accueil de répit ou un accompagnement à domicile
peut être organisé durant vos temps d'animation.

Les visites à domicile se font uniquement à Buxerolles

Venir à la Maison des entr'Aidants :
arrêt Buxerolles Mairie, lignes 3, 10 et 13

