

ÉDITO

Pour la rentrée, la **Plateforme Oxygène Répit 54** redouble d'efforts pour vous informer, vous orienter dans vos démarches et vous proposer des actions au plus proche de vos besoins !
 Dans ce numéro, retrouvez notre calendrier des événements à venir, un retour en image sur des moments forts, un focus sur les aides financières et sur les dispositifs de la retraite des aidants.

Bonne lecture,
 L'équipe de Oxygène Répit 54

CONTACTS

✉ aidantph54@jbthiery.asso.fr

☎ 03 57 77 00 22

🕒 Du lundi au vendredi de 09h à 17h00

NEWSLETTER des AIDANTS

N° 2

septembre 2024

ÉVÉNEMENTS À VENIR

Nous avons hâte de vous retrouver sur nos événements !

SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
Jeu 5 septembre • Sothérapie à Jœuf 13h30 - 15h30 • Automassage à Longlaville 14h15 - 16h15 Jeu 5 septembre Début du module d'aquasophrologie à Villers-lès-Nancy 18h00 - 17h00 Vend 6 septembre Après-midi répit au FabLab « Les MacOyver » à Maxéville 14h00 - 16h30 Mercredi 18 septembre Golf à Purnoy 14h00 - 18h00 Jeu 19 septembre Aquasophrologie à Villers-lès-Nancy 18h00 - 17h00	Jeu 3 octobre • Automassage à Jœuf 13h30 - 15h30 • Sothérapie à Longlaville 14h15 - 16h15 Jeu 3 octobre Aquasophrologie à Villers-lès-Nancy 18h00 - 17h00 Vend 4 octobre Village des aidants à l'Hôtel de Ville de Nancy (stand: ateliers, associations, etc.) 10h00 - 17h00 Jeu 17 octobre Aquasophrologie à Villers-lès-Nancy 18h00 - 17h00	Jeu 7 novembre • Sothérapie à Jœuf 13h30 - 15h30 • Automassage à Longlaville 14h15 - 16h15 Jeu 7 novembre Début du module de sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30 Vend 8 novembre Après-midi répit au FabLab « Les MacOyver » à Maxéville 14h00 - 16h30 Jeu 14 novembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30 Jeu 21 novembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30 Jeu 28 novembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30	Jeu 5 décembre Automassage à Jœuf 13h30 - 15h30 • Sothérapie à Longlaville 14h15 - 16h15 Jeu 5 décembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30 Vend 6 décembre Après-midi répit au FabLab « Les MacOyver » à Maxéville 14h00 - 16h30 Jeu 12 décembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30 Jeu 19 décembre Sophrologie à Maxéville 18h00 - 19h30

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap

pour les aidants de handicap



AQUASOPHROLOGIE pour les aidants

Module de 4 séances les jeudis de 16h00 à 17h00 : 5 septembre, 19 septembre, 3 octobre et 17 octobre

Pôle Santé Haussonville : 7 Rue des 3 Épis - 54600 Villers-lès-Nancy

Renseignements et inscriptions : 03.57.77.00.22 / aidantph54@jbthiery.asso.fr

Module gratuit, réservé aux aidants de personnes en situation de handicap

NOUVEAU MODULE D'AQUASOPHROLOGIE POUR LES AIDANTS !

- Pôle Santé Haussonville
- Les jeudis 5 septembre, 19 septembre, 3 octobre et 17 octobre de 16h à 17h

La pratique de la sophrologie dans l'eau est propice à un lâcher prise total. Elle permet de ressentir son corps autrement pour éliminer les tensions et travailler sur une visualisation positive.

Inscriptions :

- 03 57 77 00 22
- aidantph54@jbthiery.asso.fr

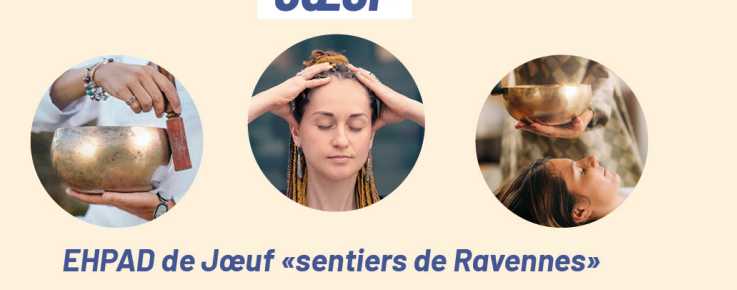


ATELIERS POUR LES AIDANTS Sonothérapie et automassage LONGLAVILLE

Salle Alexei Leonov - Longlaville

automassage : 18.01.24 | 14h-16h
 sonothérapie : 15.02.24 | 14h-16h
 automassage : 21.03.24 | 14h-16h
 sonothérapie : 18.04.24 | 14h-16h
 automassage : 23.05.24 | 14h-16h
 sonothérapie : 20.06.24 | 14h-16h

Inscription : 03 57 77 00 22 / aidantph54@jbthiery.asso.fr



ATELIERS POUR LES AIDANTS Sonothérapie et automassage JOEUF

EHPAD de Jœuf «sentiers de Ravennes»

sonothérapie : 16.01.24 | 14h-16h
 automassage : 13.02.24 | 14h-16h
 sonothérapie : 19.03.24 | 14h-16h
 automassage : 16.04.24 | 14h-16h
 sonothérapie : 21.05.24 | 14h-16h
 automassage : 18.06.24 | 14h-16h

Inscription : 03 57 77 00 22 / aidantph54@jbthiery.asso.fr

- La **sonothérapie** favorise, entre autres, la relaxation et l'évacuation des charges émotionnelles.
- L'apprentissage de l'**automassage** vous permettra de soulager certaines tensions, de favoriser la détente et de diminuer le stress.

Inscriptions :

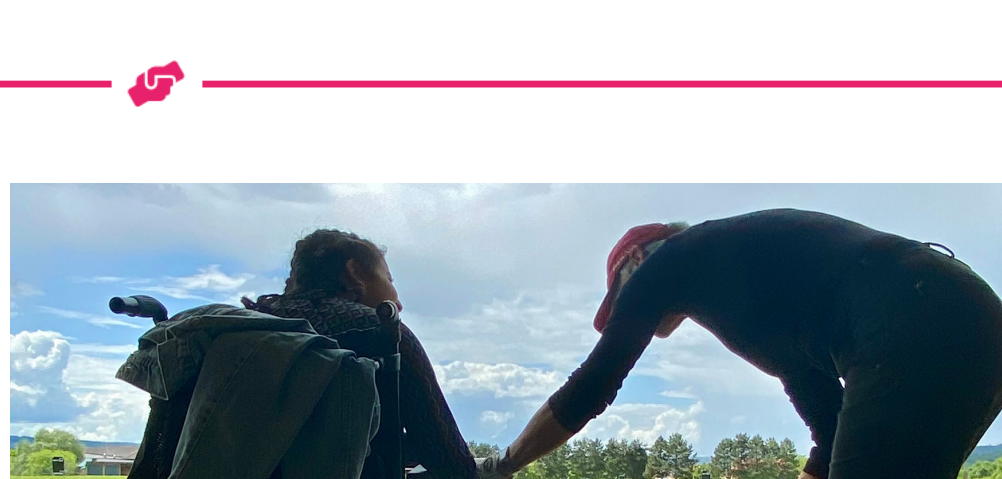
- 03 57 77 00 22
- aidantph54@jbthiery.asso.fr

VENEZ PRATIQUER LE GOLF EN TOUTE CONFIANCE !

Profitez d'un moment de partage unique avec votre proche-aidé autour d'une partie de golf adaptée à vos envies et vos possibilités, grâce aux intervenants de l'Association Handigolf l'Albatros !

Inscriptions :

- 03 57 77 00 22
- aidantph54@jbthiery.asso.fr



GOLF AIDANTS AIDÉS

Mercredi 18 Septembre 14H00 - 16H00

Golf de Pulnoy

Inscriptions : aidantph54@jbthiery.asso.fr

03 57 77 00 22



Cliquez ici pour accéder à l'ensemble des événements dédiés aux aidants en Meurthe-et-Moselle.

JEUNES AIDANTS

À VENIR

Des actions envers les jeunes aidants de 17 à 25 ans vont être prochainement organisées !

Vous connaissez un jeune qui vient en aide régulièrement à un proche (parent, frère/soeur...) en situation de handicap ou de perte d'autonomie ? Invitez-le à nous suivre sur notre page Instagram dédiée aux jeunes aidants. Il y retrouvera toutes notre actualité, et bien plus !

@oxygenerepit54



Faites le test !

QUI SONT LES JEUNES AIDANTS ?

11 Millions d'aidant.es en France

dont au moins 500 000 mineurs

16 ans

âge moyen des jeunes aidants

3 à 4 aidant.es par classe à partir du lycée

COMMENT ÇA MARCHÉ ?

AIDES FINANCIÈRES

Des aides peuvent vous être accordées par votre caisse de retraite complémentaire Agirc-Arrco, notamment pour financer des solutions de répit, des actions de soutien psychologique, des sessions de formation aux bonnes pratiques, etc.

Renseignez-vous auprès du service d'action sociale de votre caisse de retraite complémentaire.

Cliquez ici pour en savoir plus.

COMMENT ÇA MARCHÉ ?

DROITS À LA RETRAITE DES AIDANTS

L'affiliation gratuite à l'assurance vieillesse

Si vous accompagnez un enfant ou d'un adulte en situation de handicap et que vous avez cessé votre activité professionnelle pour vous occuper de cette personne, vous pouvez bénéficier, sous certaines conditions, de l'assurance vieillesse d'un aidant familial qui vous garantit une continuité dans les droits à la retraite. Pour connaître les modalités d'affiliation à l'Assurance vieillesse du parent au foyer (Avpf), cliquez [ici](#)

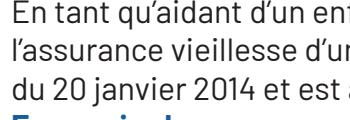
La majoration de durée de l'assurance vieillesse

En tant qu'aidant d'un enfant ou d'un adulte en situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'une majoration de durée de l'assurance vieillesse d'un trimestre par période de 30 mois, dans la limite de 8 trimestres. Cette disposition résulte de la loi du 20 janvier 2014 et est applicable aux périodes d'accompagnement d'un proche intervenues à compter du 1er janvier 2014. [En savoir plus](#)

Maintien de l'âge de la retraite à 65 ans

Si vous accompagnez un enfant en situation de handicap qui perçoit la prestation de compensation handicap (PCH), vous pouvez continuer à prétendre d'une retraite à taux plein dès 65 au lieu de 67 ans à condition d'avoir interrompu votre activité professionnelle pour accompagner un proche pendant au moins 30 mois consécutifs. [En savoir plus](#)

Source :



Association Française des aidants

ÉVÉNEMENTS VÉCUS

Retour sur quelques événements marquants, menés par la Plateforme Oxygène Répit 54.

UN APRÈS-MIDI RÉPIT AUTOUR DE L'ART THÉRAPIE

L'art-thérapie constitue un espace d'expression des émotions précieux pour les aidants. L'art-thérapie peut également être un soutien de la relation aidants-aidés ou une aide à la communication.

Lors de notre après-midi mensuel, les aidants et aidés ont réalisé des créations qui avaient une symbolique forte : des portraits de familles.

Merci à Laetitia BRIDET, art-thérapeute pour son accompagnement.

Les après-midis répit aidants-aidés ont lieu chaque 1er vendredi du mois hors vacances scolaires. Inscrivez-vous pour la prochaine qui aura lieu le vendredi 6 septembre.

Inscriptions : aidantph54@jbthiery.asso.fr / 03.57.77.00.22

