

Le printemps est de retour et avec lui, de nouvelles modalités d'accompagnement des aidants et de leurs proches. Soucieux de répondre à vos besoins de manière concrète, nous vous proposons de nouvelles activités, sur l'ensemble du territoire meurthe-et-mosellan.

Toute l'année, les équipes de la Plateforme restent à vos côtés et à l'écoute de vos besoins.

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° 4
avril 2025

Suppléance



Vous êtes aidant d'une personne en situation de handicap ?
Vous avez besoin de prendre du temps pour vous, de souffler ?

La plateforme Oxygène Répit 54 prend le relais auprès de votre proche !

avec le soutien des services d'aide à domicile partenaires

🕒 journée / demi-journée / nuit / quelques heures



Pour plus d'informations, contactez la plateforme :
03 57 77 00 22
aidantph54@jbthiery.asso.fr



LE CALENDRIER 2ème TRIMESTRE 2025

POUR LES AIDANTS DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

APRÈS-MIDI RÉPIT AIDANTS-AIDÉS

📍 Maxéville

Chaque 1er vendredi du mois (hors vacances scolaires) de 14h00 à 16h30
4 avril - 13 juin (pas de séance en mai)

SOPHROLOGIE

📍 Mont-Saint-Martin

Les mardis de 18h00 à 19h30
1er avril - 22 avril - 29 avril - 6 mai - 3 juin

AQUASOPHROLOGIE

📍 Metz

Les mardis de 16h00 à 17h00
8 mai - 20 mai - 3 juin - 17 juin

📍 Villers-lès-Nancy

Les jeudis 3 avril (16h-17h)
12 juin - 26 juin - 10 juillet
(+ d'infos à venir sur les horaires)

HYPNO-VR

📍 Maxéville

Sur demande

HYPNOTHÉRAPIE

📍 Saulxures-lès-Nancy

Les mardis de 17h00 à 18h30
22 avril - 13 mai - 3 juin - 24 juin

MINI-CURE THERMALE

📍 Nancy

Du 19 au 24 mai à l'Espace Santé de Nancy Thermal

Événements gratuits, sur inscription.

Contactez la Plateforme Oxygène Répit 54 pour plus de précisions

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



JEUNES AIDANTS



Vous avez entre 17 et 25 ans et vous soutenez un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie ?

Nous vous invitons à :

La visio des jeunes aidants



in Plateforme Oxygène Répit 54 | @oxygenerepit54 | Oxygène Répit 54

Tous les mercredis

de 17h30 à 18h30

du 23 avril au 2 juillet 2025

(pas de visio le 21 mai)

- Partage d'expériences
- Des techniques pour se libérer du temps
- Des méthodes simples pour gérer son stress
- Apprendre à dire « non » sans culpabiliser
- Établir ses priorités et fixer des limites
- Prendre soin de soi pour prendre soin des autres
- etc.

Inscriptions :



Hypnothérapie pour les aidants



Les mardis de 17h00 à 18h30
22 avril - 13 mai - 3 juin - 24 juin
À Saulxures-lès-Nancy

Retrouvez un équilibre émotionnel avec une hypnothérapeute diplômée

Gratuit, sur inscription :
03.57.77.00.22
aidantph54@jbthiery.asso.fr

Automassage Dô-In pour les aidants

Apprenez les techniques de l'automassage en visio!

Jeu 15 mai 2025 à 18h00



Gratuit, sur inscription : 03 57 77 00 22 / aidantph54@jbthiery.asso.fr

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



ZOOM SUR LES CENTRES RESSOURCES

Formations, conseils, ressources existantes au niveau local, etc. : Connaissez vous les centres ressources ?

Les centres ressources mettent à disposition des familles, aidants, professionnels de santé libéraux, services d'aide à domicile, etc. les ressources existantes en fonction du type de handicap.

Les centres ressources qui interviennent sur la région Grand Est :

- Autisme : Le CRA Lorraine (Centre de Ressources Autisme)
- Polyhandicap : Le Centre Ressources Polyhandicap Grand Est - CRPGE
- Maladies rares : Défisience
- Handicap psychique : CREHPSY



ÉVÉNEMENTS VÉCUS

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

LES PLATEFORMES DE RÉPIT DU TERRITOIRE MOBILISÉES POUR LA JOURNÉE DES MALADIES RARES !

Une maladie est considérée comme rare lorsqu'elle touche moins d'une personne sur 2000.

Mais les maladies rares ne sont pas si rares que ça !
3 millions de Français sont atteints par une des 7000 maladies rares.

- La plateforme LARA (Lorraine Affections Rares) | CHRU de Nancy s'engage pour :
- Favoriser les médecins et néonatal
- Favoriser le dépistage néonatal
- Améliorer le maillage territorial

Bravo aux associations, structures médico-sociales et prestataires de services engagés !



JOURNÉE INTERNATIONALE D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION À L'ÉPILEPSIE

Chaque année, le 26 mars, on célèbre le « Purple Day » - jour violet.

Chacun est invité à porter du violet symbolisant son soutien aux personnes concernées par l'épilepsie. Cette journée permet de sensibiliser à l'épilepsie, de lutter contre les préjugés et de tendre la main aux personnes atteintes d'épilepsie et à leurs proches.

Cette année, les associations se sont réunies à l'Hôtel de Ville de Nancy autour de la thématique « Être aidant : protéger et autonomiser, une mission impossible ? »

La plateforme Oxygène Répit 54 s'engage auprès des personnes concernées par l'épilepsie et les maladies rares.



LE CHIFFRE CLÉ 143 familles accompagnées par Oxygène Répit 54 en 2024

www.repit-aidants-grandest.fr
f Oxygène Répit 54
in Plateforme Oxygène Répit 54
@oxygenerepit54

CONTACTS
✉ aidantph54@jbthiery.asso.fr
☎ 03 57 77 00 22
🕒 Du lundi au vendredi de 09h à 17h00

Si vous souhaitez ne plus recevoir cette newsletter, merci de nous le faire savoir par retour de mail, à aidantph54@jbthiery.asso.fr