



# La Lettre Info de La Colombe des Aidants

L'association qui soutient  
les Aidants pour le Sud77

Numéro 5

Juillet 2024

# Notre premier semestre 2024

*Au sommaire :*

Ouverture d'une permanence à Chailly en Bière,

T'Aidants : réalisation de T'Aidants –Aidés et de T'Aidants -Autisme,

Halte-Répét Aidant-Aidé: 2 Haltes ont été organisées,

Signature d'une Charte Communauté de Communes Soutien aux Aidants, et d'une Charte Ville Soutien Aux Aidants

Nouveau secteur autour de Chailly en Bière.

Participation aux copilotages du Salon du Handicap de Montereau et au Salon Seniors-Aidants de Nemours,

Programme second semestre,

Données chiffrées de notre activité.

# Permanences:

En parallèle avec nos nos permanences hebdomadaires à Héricy et mensuelles à Champagne sur Seine, nous avons ouvert une permanence mensuelle à Chailly en Bière grâce au soutien de la Mairie...

Elles ont lieu un vendredi par mois

→ **dates des permanences sur l'agenda de notre site internet [lca77.org](http://lca77.org)**

*Notre permanence téléphonique assure les premiers contacts avec les Aidants.*

*Rappel de nos coordonnées et horaires en fin de cette lettre.*



## LA COLOMBE DES AIDANTS

L'Association qui soutient les Aidants

Pour le Sud Seine-et-Marne  
Association reconnue d'Intérêt Général



ÉCOUTER - SOUTENIR - INFORMER - ORIENTER - PARTAGER - ÉCHANGER

### PERMANENCES GRATUITES

confidentielles

Et sans rendez-vous.

PAR TÉLÉPHONE  
06 75 20 91 28

À CHAMPAGNE-SUR-SEINE  
Les 1<sup>ers</sup> mardis du mois  
de 14h à 17h  
Centre Anne-Sylvestre  
Place du Général Leclerc  
77430 Champagne-sur-Seine

À HÉRICY  
Les jeudis  
de 14h à 18h  
Salle du Clos n°2  
51 rue des Fossés  
77850 Héricy

A CHAILLY-EN-BIÈRE  
Un vendredi par mois  
de 14h à 17h  
Maisons des associations  
3rue du presbytère  
77930 Chailly en Bière

[lacolombedesaidants77@orange.fr](mailto:lacolombedesaidants77@orange.fr) - <https://www.lca77.org> - [f lacolombedesaidants](https://www.facebook.com/lacolombedesaidants)



# Ateliers Bien-Être

Désormais nos ateliers Bien-être sont organisés un mois sur deux en alternance entre Héricy et Champagne sur Seine avec nos deux sophrologues Rachel et Cécile.

Nous avons programmé 10 ateliers sur 2024.



**LA COLOMBE DES AIDANTS**  
Association qui soutient les Aidants  
Pour le Sud Seine-et-Marne  
Association reconnue d'Intérêt Général



**LA COLOMBE DES AIDANTS**  
Association qui soutient les Aidants  
Pour le Sud Seine-et-Marne  
Association reconnue d'Intérêt Général



un mois sur deux

de 14h30 à 15h30

\*sauf période congés scolaires

Vous avez besoin de lâcher-prise ?  
De retrouver un bien-être physique  
et psychologique ?  
Nous vous proposons des Ateliers  
bien-être pour vous ressourcer :

**1H DE RELAXATION**

Un mois sur 2, 1<sup>ers</sup> JEUDIS  
du mois Salle du Clos N°2,  
Rue des Fossés, 77850 Héricy

CALENDRIER  
PREVISIONNEL

7/03/2024  
02/05/2024  
4/07/2024  
03/10/2024  
05/12/2024

Sous réserve de modifications

Uniquement sur réservation  
[77lcda@gmail.com](mailto:77lcda@gmail.com) / 06 75 20 91 28



Un mois sur deux

de 14h30 à 15h30

\*sauf période congés scolaires

Vous avez besoin de lâcher-prise ?  
De retrouver un bien-être physique  
et psychologique ?  
Nous vous proposons des Ateliers  
bien-être pour vous ressourcer :

**1 H DE RELAXATION**

Centre Anne Sylvestre  
Place du Général Leclerc  
77430 Champagne-sur-Seine

CALENDRIER  
PREVISIONNEL

06/02/2024  
02/04/2024  
04/06/2024  
03/09/2024  
05/11/2024

Sous réserve de modifications

Uniquement sur réservation  
[77lcda@gmail.com](mailto:77lcda@gmail.com) / 06 75 20 91 28



# T'Aidant™ :

Nos groupes de parole fonctionnent bien avec 6 à 8 Aidants accueillis à chaque fois.

Nous avons accueilli les Aidés en parallèle de manière à faciliter la venue des Aidants, lors de deux séances sur les 4 réalisées.

Nous avons lancé nos T'Aidants Autisme-TSA avec une psychologue spécialisée, dans les locaux de la Communauté de Communes Brie des Rivières et Châteaux...

*Avec le soutien de la Conférence des Financeurs du 77 et Malakof-Humanis*



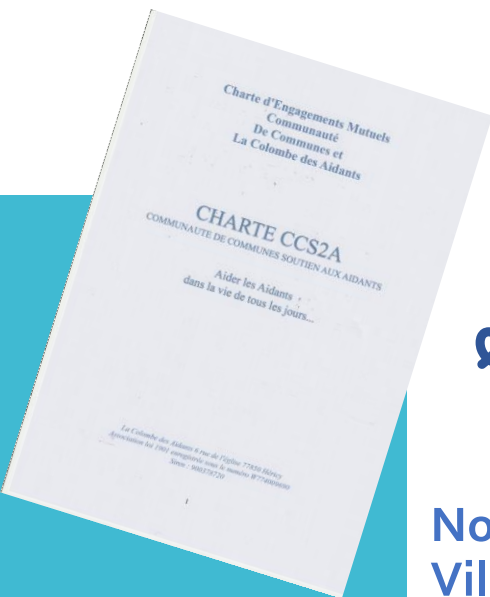
# Halte Répit Aidant-Aidé

Nous avons pu organiser deux Haltes sur les 4 prévues cette année: de 14h à 17h nous avons accueilli 7 à 8 Aidants pour des ateliers de relaxation, de massage assis et de réflexologie . Pendant ce temps 3 à 4 Aidés étaient reçus pour des activités de jeux , de peinture de cuisine, etc...

Nous nous sommes aperçus que les Aidés aussi retirent un bénéfice important de ces réunions...

Deux autres Haltes auront lieu en octobre et décembre.





## Signature de Chartes

Nous avons récemment signé la Charte Ville Soutien Aux Aidants avec la commune de Chailly en Bière, qui accueille désormais une permanence mensuelle pour ce secteur d'une quinzaine de communes...

Une Charte a aussi été signée avec la Communauté de Communes Brie Rivières et Châteaux qui accueille dans ses locaux nos T'Aidants Autisme-TSA.

*Pour rappel cette convention scelle une démarche de collaboration dans des actions de soutien aux Aidants allant de l'information à l'organisation des T'Aidants et des événements réalisés par la Colombe des Aidants...*

## *Participation aux copilotages du Salon du Handicap de Montereau et du Salon Senior- Aidant de Nemours...*

Nous avons continué à participer régulièrement aux réunions de copilotage de deux salons importants du Sud Seine-et-Marne : le Salon du Handicap de Montereau et le Salon Seniors Aidants de Nemours.





## Répertoire du Répit et Réseau de Référents.

Nous poursuivons la mise à jour de notre répertoire d'établissements et institutions permettant d'accueillir les Aidés temporairement ou non en allant rencontrer les directions de ces structures.

Nous entretenons des relations constructives avec les organismes institutionnels les plus importants.



# Programme 2024



Lors de sa réunion du 14 décembre 2023, le Conseil d'Administration a fixé les dates des principaux événements de la Colombe des Aidants:

T'Aidants: Samois le 23 janvier, Bois-le-Roi le 12 mars, Chartrettes le 14 mai, Fontainebleau le 11 juin, Samoreau le 17 septembre et Champagne sur Seine le 19 novembre.

T'Aidants Autisme-Tsa: les 27 juin, 27 septembre et 13 décembre au Chatelet en Brie.

Ateliers Bien-Être: à Héricy : les 7 mars, 2 mai, 4 juillet, 3 octobre, 5 décembre 2024 ; à Champagne sur Seine: 6 février, 2 avril; 4 juin, 3 septembre, 5 novembre 2024,

Atelier Sommeil à Héricy le 26 mars 2024,

Halte-Répit: le mardi 13 février à Héricy, le vendredi 14 juin à Champagne sur Seine, le 14 octobre à Ury, le 10 décembre à Héricy.

Participation aux Forums des Associations de Samois, Héricy, Vulaines sur Seine, Samoreau, et Fontainebleau.

Participation à la semaine bleue à Fontainebleau (balade sophro-Halte Répit) et Chartrettes (atelier premiers secours),

Ouverture d'une nouvelle permanence à Chailly en Bière en avril (dates sur [lcda77.org](http://lcda77.org)).

Film-débat : le 8 novembre à Champagne sur Seine.

# Extraits du rapport d'Activité 2023

Nombre d'Aidants suivis en 2023 : 85 (150 depuis septembre 2021). 250 visites depuis septembre 2021

Nombre de Permanences présentiellees en 2023 :

- Héricy : 50 (hebdomadaire)

- Champagne sur Seine : 7 (mensuelle) démarrage en avril 2023.

Permanence Téléphonique.

Ateliers Bien-Etre : 10 à Héricy, 6 à Champagne sur Seine soit 50 personnes sur 1 an

1 conférence sur l'accès aux Droits des Personnes en situation de Handicap. une quarantaine de spectateurs.

1 pièce de théâtre forum -75 spectateurs.

6 T'Aidants = 41 personnes sur 1 an

1 Halte-Répit Aidant Aidé 8 Aidants et 4 Aidés reçus



## Nous joindre :

- ☎ : 06.75.20.91.28
- ✉ 77lcda@gmail.com
- Facebook : la colombe des aidants
- Site : <https://www.lcda77.org>

Les Membres du Bureau :

- Présidente : Gisèle Kapustic
- Trésorier : Michel Tissier
- Secrétaire : Gilles Fardoit
- Secrétaire-Adjointe: Florence Crinon
- Administratrice : Claude Morin

*Notre association repose sur le bénévolat, toutes nos actions sont gratuites. Vos dons et vos adhésions permettent son fonctionnement.*

*La Colombe des Aidants est désormais reconnue d'intérêt général. Aussi vos dons permettent une déduction fiscale.*

*Vous pouvez aller sur notre site pour faire un don ou pour adhérer.*

Association loi 1901- W774009690- N° SIREN : 900378720-

