

L'accueil de jour a pour objectif de permettre aux personnes âgées en perte d'autonomie de rester le plus longtemps possible dans leur cadre de vie habituel. Il s'agit de préserver la socialisation des personnes accueillies, avec l'objectif de maintenir, de stimuler, voire de restaurer partiellement leur autonomie

L'accueil de jour s'adresse :

-Prioritairement aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, au stade léger à modéré de la maladie ;

-aux personnes âgées en perte d'autonomie physique afin de proposer des temps de répit aux aidants du domicile.

L'accueil peut se faire d'une demi-journée à plusieurs journées par semaine

Plus d'info : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-domicile/aller-laccueil-de-jour>

Les aides financières :

Allocation Personnalisée d'Autonomie

Centre médico-social du Marais du Cotentin
28 rue de la 101ème Airborne
50500 CARENTAN LES MARAIS
Tel : 02 33 71 63 63

Centre médico-social du Val de Vire
7 rue de la Libération
50008 SAINT-LO cedex
Tel : 02 33 77 25 30

Centre médico-social du Coutançais
2 bis rue Rémy de Gourmont
50207 COUTANCES Cedex
Tél : 02.33.17.40.40

Certaines caisses de retraite ou complémentaires peuvent proposer des financements.

Coordonnées	Jours et horaires d'ouverture	Coordonnées	Jours et horaires d'ouverture
Résidence Les Rouges Gorges (GIR 5 et 6 exclusivement) 14 rue Jacques Prévert 50180 Agneaux Tel : 02 33 06 10 10	Lundi au vendredi De 10h à 17h	EHPAD de La Haye Montsenelle Site de Montsenelle 30 route des moulins Prétot Ste Suzanne, 50250 Montsenelle Tel : 02 33 71 78 13	Les lundis De 10h15 à 16h45
EHPAD CH de Carentan 1 avenue Qui Qu'en Grogne 50500 Carentan les Marais Tel: 02 33 42 50 22	Lundi au vendredi À la journée de 9h30 à 17h À la 1/2 journée 12h à 16h30	EHPAD Les Eglantines 14 rue saint martin, 50410 Percy Tel : 02 33 69 29 20	Lundi au vendredi De 9h30 à 16h 
EHPAD Constantia 9 cité des sapins 50200 Coutances Tel : 02 33 45 15 55	Lundi au vendredi De 10h à 17h 	EHPAD Elisabeth de Surville route de saint sauveur, 50360 Picauville Tel : 02 33 21 85 70	Lundi au vendredi De 11h à 17h30
EHPAD Anais de Groucy 10 rue de Bastogne 50 190 Périers Tel: 02 33 76 35 00	Les vendredis De 10h15 à 16h45	EHPAD Anne Le Roy 68 rue au bois marcel 50008 Saint Lô Tel: 02 33 77 76 77	Lundi au vendredi De 9h à 16h
EHPAD de La Haye Montsenelle Site de La Haye du Puits 9c impasse de la résidence 50250 La Haye Tel: 02 33 45 81 81	Les mercredis De 10h15 à 16h45	EHPAD la clairière des Bernardins 5 rue des bernardins 50160 Torigny les villes Tel : 02 33 77 20 20	Lundi au vendredi De 9h à 17h / 3 samedis sur 4 
EHPAD Lessay 16 Rue de Gaslonde 50430 Lessay Tel : 02 33 46 55 89	Les mardis et jeudis Accueil de jour itinérant		



Transport assuré par la structure
(Selon le lieu d'habitation)

Les demandes sont à effectuer sur

<https://trajectoire.sante-re.fr/Trajectoire/default.aspx>

N'hésitez pas à également à contacter l'établissement concerné qui vous guidera dans vos démarches.

Des associations proposent des activités adaptées à certaines pathologies. Ces temps peuvent être l'occasion pour l'aidant principal d'avoir un moment de répit.

Certaines activités sont adressées au couple aidé/aidant, c'est ici l'occasion de partager un moment privilégié avec son proche loin du quotidien.

MALADIE D'ALZHEIMER

Activités proposés par France Alzheimer Manche

- **Ateliers de mobilisation cognitive à destination des aidés**

Ces ateliers hebdomadaires de 2h animés par une neuropsychologue pour des groupes de 7 à 8 personnes adhérentes à l'association.

La mobilisation cognitive, sous forme de jeux attractifs, est une méthode psychologique utilisant des exercices correspondant aux situations et activités de la vie quotidienne les plus favorables à la préservation de l'autonomie.

Plus d'info sur les dates, lieux et horaires : <https://www.francealzheimer.org/manche/nos-activites/>

- **Actions de convivialité à destination des aidés**

Séances mensuelles à destination de groupes de 10 à 12 personnes adhérentes avec des activités diverses.

Plus d'info sur les dates, lieux et horaires : <https://www.francealzheimer.org/manche/nos-activites/>

- **Vacances aidants/aidés**

<https://www.francealzheimer.org/activites-adaptees-a-chacun/sejours-vacances-francealzheimer/>

Contact Centre manche

Antenne Coutances : Mme Sauvey 02 33 17 16 41

Antenne Saint Loise : Mme Rabec 02 33 57 54 70

SCLEROSE EN PLAQUES

Le Réseau de santé Bas- Normand pour la prise en charge des patients atteints de Sclérose En Plaques (RBN-SEP) propose régulièrement des activités à destination des personnes atteintes de Sclérose en Plaques.

Contact : 02 31 08 16 00

TOUTES PATHOLOGIES

◆ Dans le cadre de la plateforme de répit, des activités pour les aidés ainsi que des activités aidants/aidés sont organisées régulièrement.

Contact Plateforme de répit : 07.63.18.85.54

◆ Certains **EHPAD ou Résidences autonomes** peuvent proposer des activités ouvertes aux non résident, adressez-vous aux établissements à proximité de votre domicile.

◆ **La MSA Côtes Normandes** propose des séjours de vacances Aidants/Aidés

Contact : 02 31 25 39 39

MALADIE DE PARKINSON

Activités proposées par le comité départemental France Parkinson à destination des parkinsoniens

- Marche nordique
- Longe côte
- Sophrologie
- Chorale
- Gym adaptée/Expression corporelle

Contact : 02 33 42 34 45 ou 02 33 02 02 97

SCLEROSE EN PLAQUES

Association des paralysés de France (APF) France Handicap, Délégation de la Manche

Des activités et des sorties sont régulièrement proposées. Contact : 02 33 87 23 30

Ligue Française contre la Sclérose En Plaques (LFSEP) Aucune activité proposée actuellement

Association Française des Sclérosés En Plaques (AFSEP) Aucune activité proposée actuellement

Hébergement en EHPAD d'une personne âgée sur une période pouvant aller jusqu'à 3 mois consécutifs ou 120 jours par an pour répondre à des besoins ponctuels.

La personne dépendante de plus de 60 ans est ainsi prise en charge afin de permettre à l'aidant de s'aménager un temps de répit pour souffler et prendre du temps pour lui, le temps de l'hospitalisation du conjoint aidant, ou permettre aux proches de partir en congés, etc.

Plus d'info : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-ailleurs-temporairement/lhebergement-temporaire>

Les aides financières :

Allocation Personnalisée d'Autonomie

Centre médico-social du Marais du Cotentin
28 rue de la 101ème Airborne
50500 CARENTAN LES MARAIS
Tel : 02 33 71 63 63

Centre médico-social du Val de Vire
7 rue de la Libération
50008 SAINT-LO cedex
Tel : 02 33 77 25 30

Centre médico-social du Coutançais
2 bis rue Rémy de Gourmont
50207 COUTANCES Cedex
Tél : 02.33.17.40.40

Certaines caisses de retraite ou complémentaires peuvent proposer des financements.

Les établissements proposant de l'hébergement temporaire sur le Centre Manche

EHPAD Lechanteur 21 rue Fernand Lechanteur, 50230 Agon Coutainville Tel: 02 33 76 53 40 direction@ehpad-agon-coutainville.fr <i>Possibilité de prise en charge en unité protégée</i>	EHPAD Anne Le Roy 68 rue au bois marcel 50008 Saint Lô Tel : 02 33 77 76 77 direction@fbs-stlo.fr
EHPAD CH de Carentan 1 avenue Qui Qu'en Grogne 50500 Carentan les Marais tel: 02 33 42 50 22 secretariat-ehpad@hopital-carentan.fr <i>Possibilité de prise en charge en unité protégée</i>	EHPAD Le bois ardent 780 rue de l'exode, 50000 Saint lô Tel : 02 33 77 45 45 demeureduboisardent@orange.fr
EHPAD CH Coutances rue de la gare 50200 Coutances Tel: 02 33 47 40 81 anita.manson@ch-coutances.fr <i>Possibilité de prise en charge en unité protégée</i>	EHPAD Les Eglantines 14 rue Saint martin, 50410 Percy Tel: 02 33 69 29 20 accueil@ehpad-percy.fr <i>Possibilité de prise en charge en unité protégée</i>
EHPAD Créances Lessay 62 rue des écoles, 50710 Créances Tel : 02 33 46 55 45 ehpad-creances@orange.fr	EHPAD Le Haut Candol 715 rue Dunant 50000 Saint Lô Tel : 02 33 77 76 76 direction@ch-stlo.fr
EHPAD La Rochebrune (selon lits disponibles) 4 Chemin sous les Jardins, 50590 Montmartin-sur-Mer Tel : 02 33 45 88 88 i.bourdin@groupecolisee.com	EHPAD Les 4 saisons (selon lits disponibles) Rue de la Fontaine Saint-Pierre, 50420 Tessy-Bocage Tel : 02 33 55 36 37 lesquatresaisons@wanadoo.fr
Résidence les Rouges Gorges 14 Rue Jacques Prévert, 50180 Agneaux Tel : 02 33 06 10 00 residence.rougesgorges@rosalia-ms.com	EHPAD Anais de Groucy 10 rue de Bastogne 50 190 Périers Tel : 02 33 76 35 00 direction@ehpad-periers.com

Les demandes d'hébergement temporaire sont à effectuer sur <https://trajectoire.sante-ra.fr/Trajectoire/default.aspx>
N'hésitez pas également à contacter l'établissement concerné qui vous guidera dans vos démarches.

La place de l'aidant est une dimension importante à prendre en compte dans l'accompagnement d'une personne en perte d'autonomie. L'aidant vit au quotidien la maladie de son proche et se révèle être, dans certains cas, un pilier, un repère pour la personne aidée.

Il est nécessaire et important de permettre aux aidants d'aborder des thématiques et des questionnements propres à leur rôle d'aidant par le biais de formation et/ou d'information. Les objectifs sont d'apporter un soutien aux familles, de leur apporter de l'information sur les spécificités de la maladie et ses évolutions, de créer un espace de parole entre aidants afin de rompre la solitude et l'isolement, renforcer le lien social et prévenir l'épuisement.

Un aidant informé, formé et soutenu, accompagnera mieux son proche, réduira le risque d'épuisement et préservera sa santé, sa vie personnelle et sa vie sociale.

Formation des aidants

France Alzheimer Manche

Formation gratuite de 6 séances de 2h animée par un psychologue et un bénévole France Alzheimer
Plus d'information sur les prochaines formations :

<https://www.francealzheimer.org/manche/nos-activites/>

<https://www.francealzheimer.org/manche/wp-content/uploads/sites/74/2018/02/Affiche-antenne-Coutançaise-2018.pdf>

Contact : 02 33 17 16 41
(Siège France Alzheimer Manche)

France Parkinson

Formation en ligne <http://formaparkinson.fr>

Réseau de santé RBN-SEP

Des actions ponctuelles sont organisées.
Contact : 02 31 08 16 00

Fondation du Bon Sauveur CERFOS

Des formations à destination des aidants familiaux sont régulièrement organisées
Contact : 02 33 21 84 17

Soutien /Informations collectives

Café mémoire France Alzheimer®

L'ARCA – 15, rue des Maréchaux à St Lô
Espace d'écoute et d'expression aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer, aux familles, aux professionnels du soin, au grand public. Chacun arrive et repart quand il le désire. Dans une atmosphère détendue, tout le monde est convié à partager son expérience, à poser les questions qui l'intéressent.

Le dernier mardi du mois de 16h à 18h

Pour la région saint Loise : contact Mme Rabec 02 33 57 54 70

Café des aidants secteur Carentan et La Haye (Lieu EHPAD de Carentan et EHPAD de Montsenelles)

Contactez le CLIC des Marais au 02 33 42 17 60

Café des aidants secteur Saint Lô (Lieu Mairie de Saint Amand) :

Contactez le CLIC Saint Loix au 02 33 06 04 71

KAWA SEP Ligue Française contre la Sclérose En Plaques (LFSEP)

Rencontre entre patients atteints de Sclérose En Plaques et aidants.

Contact : Anne Le Grand 06 21 68 50 65

Réseau de santé RBN-SEP

Un accompagnement et des actions sont proposés.

Contact : 02 31 08 16 00

Cafés Parkinsoniens organisés par France Parkinson

Rencontre entre patient atteints de maladie de Parkinson et leurs aidants. Tous les 1ers vendredis de chaque mois de 14h30 à 16h30 à Cherbourg au Café des délices (contact : 02 33 42 34 45)

Comptoir des aidants – EHPAD de Marigny – 02 33 77 14 75

Soutien/accompagnement individuel

Les associations de patients et de professionnels peuvent soutenir, écouter et conseiller les aidants familiaux. N'hésitez pas à les contacter. Dans certains cas, un accompagnement individuel par un psychologue peut être proposé.

- **France Alzheimer Manche**

Antenne Coutançaise Mme SAUVEY 02 33 17 16 41

Antenne Saint Loise Mme RABEC 02 33 57 54 70

- **Délégation départementale de France parkinson**

Cherbourg - M. SMET 02 33 42 34 45

- **Association des parkinsoniens de la Manche**

Agneaux – Mme VASTEL – 06 86 13 26 44

Montmartin sur Mer –M. LEMAY – 02 33 46 76 23

- **Association des Aveugles et Malvoyants de la Manche** www.aamm.asso.fr

Coutances – Mme REFUVEILLE 02 33 61 22 95

- **Association des Devenus Sourds et Malentendants de la Manche SURDI 50** www.adsmmanche.fr

Coutances - 06 81 90 60 63

- **Association Française des Diabétiques 50**

Coutances M. LEHOUSSEL- 06 12 88 95 83

- **Association des Paralysés de France (APF) France Handicap, Délégation de la Manche (Antenne à Saint Lô)** 02 33 87 23 30

- **Ligue Française contre la Sclérose En Plaques (LFSEP)**

Mme Le Grand – 06 21 68 50 65 (Siège à Paris)

- **Réseau de santé RBN-SEP** - 02 31 08 16 00

Les services d'aide à domicile peuvent intervenir afin de permettre à l'aidant de prendre du temps pour lui. L'aidé sera pris en charge par une auxiliaire de vie au domicile.

Les services d'aides à domicile intervenant sur le Centre Manche :

ADESSA manche Domicile / 02 33 45 14 82
ADMR secteur Côtes des isles / 02 33 53 14 24
ADMR secteur Val de Vire / 02 33 77 13 20
ADMR secteur Est Manche/ 02 33 51 98 29
ADMR secteur du Coutançais / 02 33 47 23 30
Générale des services Saint Lô / 02 33 55 42 62
Générale des services La Haye / 02 33 46 76 63

Vitalliance / 02 50 61 00 27
Auxilife Coutances / 02 50 61 00 27
CCAS de Saint Lô / 02 33 57 63 85
Confiez nous Coutances / 02 33 17 25 04
UNA de la Manche / 02 33 45 53 89
Plu'simple la vie / 09 87 38 82 67

Equipe spécialisée Alzheimer

Ses missions :

- Solliciter, préserver et améliorer les capacités de la personne
- Favoriser la réhabilitation de l'estime de soi et du bien être
- Informer et accompagner les aidants
- Adapter l'environnement par des conseils pratiques pour faciliter la vie quotidienne et la sécurité

Ce service s'adresse aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble apparenté diagnostiqué à un stade léger à modéré.

Sur prescription médicale, 2 à 15 séances de soins de réhabilitation et d'accompagnement à domicile

Sur le Centre Manche :

ESA de Périers

EHPAD Anaïs de Groucy
10 rue de Bastogne
50190 PERIERS
01 33 76 36 87

EMA de Coutances

ADESSA MANCHE Domicile
48 rue de Tourville
50200 COUTANCES
02 33 45 14 82

Les aides financières :

Allocation Personnalisée d'Autonomie

Centre médico-social du Marais du Cotentin
28 rue de la 101ème Airborne
50500 CARENTAN LES MARAIS
Tel : 02 33 71 63 63

Centre médico-social du Val de Vire
7 rue de la Libération
50008 SAINT-LO cedex
Tel : 02 33 77 25 30

Centre médico-social du Coutançais
2 bis rue Rémy de Gourmont
50207 COUTANCES Cedex
Tél : 02.33.17.40.40

Certaines caisses de retraite ou complémentaires peuvent proposer des financements.

La plateforme d'accompagnement et de répit

Ses missions :

- Information et conseil
- Activités aidants/aidé
- Intervention à domicile d'un(e) assistant(e) de soins en gérontologie pour permettre à l'aidant d'avoir du temps libre
- Stimulation, maintien du lien social, préservation des capacités

Contact Centre Manche

Pauline MAZA

Assistante de service social

Coordinatrice de la plateforme d'accompagnement et de répit
02 33 42 38 09 / 07.63.18.85.54