

Ce dispositif, porté par Eliad et financé par l'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté, a pour mission **d'informer, d'orienter et de soutenir les proches aidants de personnes atteintes de maladies neuro-évolutives ou en situation de handicap (tout handicap et tout âge), de dépendance ou malades sur le territoire Grand Besançon/Doubs Central.**

L'objectif est de favoriser le maintien à domicile de la personne malade **en soutenant l'aidant dans son rôle et en préservant sa santé et sa vie sociale.**

À partir d'une **évaluation personnelle** des besoins et dans une démarche co-construite avec l'aidant, **des professionnels proposent diverses solutions adaptées à chaque situation :**

- Informations sur les services et dispositifs de proximité existants
- Relais à domicile (heures de suppléance)
- Accueil de jour, halte-relais...
- Soutien psychologique
- Groupes d'échanges entre aidants
- Formations et ateliers thématiques
- Diverses activités et sorties

Certaines activités communes aidant / aidé sont proposées.

Ensemble, trouvons des solutions !



Pour en savoir plus
et accéder au programme
complet des activités
dédiées aux aidants
(ateliers, sorties...)

www.eliad-fc.fr



Coordinatrice

03 70 72 02 56

pfr-gbdc@eliad-fc.fr



**Les Rendez-vous
des Aidants**

BESANÇON | Velotte

Maison de Velotte - 37 chemin des Journaux
Bus 9 et 21 arrêt « Velotte »

Un mardi par mois de 14h30 à 16h

BESANÇON | Les Cras

Maison de la Famille | UDAF
12 rue de la Famille (Salle D. Cachot)
Bus L6 arrêt « Les Oiseaux »

Un vendredi par mois de 14h30 à 16h

SAINT-VIT

Espace Bernard Olivier
17 bis rue Charles de Gaulle

Un lundi par mois de 14h30 à 16h

BAUME-LES-DAMES

Mairie - 3 place de la République

Un lundi par mois de 14h30 à 16h



Pour en savoir plus
www.eliad-fc.fr

Consultez régulièrement le programme
de la Plateforme Répit Aidants !
Celui-ci s'enrichit tout au long de l'année :
ateliers, activités thématiques autour de la santé,
du bien-être...



TOUT LE
PROGRAMME



LA PRÉSENCE, NOTRE



COMPÉTENCE



Plateforme
Répit Aidants

Vous accompagnez
un **parent âgé**, un **proche
malade** ou en situation
de **handicap** ?

RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

Rencontres
thématiques
mensuelles

Programme
sept. 2026 - juin 2027

BESANÇON
SAINT-VIT
BAUME-LES-DAMES



Ensemble pour le lien, l'innovation
et l'accompagnement à domicile



Grand Besançon | Doubs Central

RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

Venez **partager votre expérience** avec d'autres aidants qui apportent un **soutien régulier** à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie.

Conviviales, et confidentielles, les rencontres thématiques sont animées par un psychologue.

GRATUIT ET SANS ENGAGEMENT

Possibilité de participer à la/aux séance(s) de votre choix.

De 14h30 à 16h	Thèmes	BESANÇON Les Cras	BESANÇON Velotte	SAINT-VIT	BAUME -LES-DAMES
SEPTEMBRE 2026	Savoir se reconnaître en tant qu'aidant	vendredi 18	mardi 15	lundi 21	lundi 7
OCTOBRE 2026	Faut-il aimer pour aider?	vendredi 16	mardi 13	lundi 19	lundi 5
NOVEMBRE 2026	Les différents rôles d'aidants	vendredi 13	mardi 10	lundi 23	lundi 9
DÉCEMBRE 2026	À moi la parole!	vendredi 11	mardi 15	lundi 14	lundi 7
JANVIER 2027	Aider, est-ce une histoire de famille?	vendredi 15	mardi 12	lundi 18	lundi 11
FÉVRIER 2027	Les émotions des aidants	vendredi 19	mardi 9	lundi 15	lundi 8
MARS 2027	Avant d'être aidant...	vendredi 19	mardi 16	lundi 8	lundi 1 ^{er}
AVRIL 2027	Aidant ou aidants?	vendredi 16	mardi 13*	lundi 12	lundi 5
MAI 2027	Les séparations dans le parcours de l'aidant	vendredi 14	mardi 11	lundi 10	lundi 3
JUIN 2027	Des astuces d'aidants à partager	vendredi 18	mardi 15	lundi 14	lundi 7



Vous reconnaître et vous soutenir dans votre rôle de proche aidant.

Un soutien financier

Un partenariat



L'accès au Rendez-vous des Aidants est libre, sans inscription.

Pour en savoir plus :

03 81 41 67 31 / myriam.truche@eliad-fc.fr

* Exceptionnellement à « Ma Pause Aidante »
18 Boulevard Charles de Gaulle à Besançon



MA PAUSE AIDANTE À BESANÇON

18 Boulevard Charles de Gaulle



Bus 9 arrêt : « Polygone »



Tram 1 & 2 arrêt : « Polygone »

Permanence le mardi de 14h à 17h
Sans inscription

Eliad anime un espace convivial tous les mardis après-midi à destination des aidants.
Un lieu pour **s'informer, se ressourcer** et **rencontrer** d'autres aidants.

(PARENTHÈSES AIDANTES)

Certains mardis à 14h30 * Séance aidants/aidés
Inscription conseillée

L'équipe pluridisciplinaire (coordinatrice, psychologue, diététicien, ergothérapeute...) de la **Plateforme Répit Aidants** propose aux aidants de se retrouver pour échanger autour de thématiques, mais aussi pour partager des après-midi **créatifs, ludiques** ou **gourmands**.

2026

1^{er} septembre*
C'est la rentrée ! :
Présentation du programme de la Plateforme Répit Aidants

6 octobre
Atelier créatif : Couture

20 octobre*
Atelier créatif : Mosaïque

3 novembre
Imagination en action :
Jeux de société

17 novembre
Initiation Do-In (auto-massage)

1^{er} décembre
Atelier créatif : L'art du pliage de serviette de table

2027

5 janvier*
Après-midi gourmand
Galette des Rois

19 janvier
Jeu de société : Les qualités

2 février*

Atelier nutrition autour de la Chandeleur

2 mars
Atelier créatif : Origami

6 avril
Les mesures de protection juridique

20 avril
Atelier créatif : Fleurs séchées

4 mai*
Initiation activité physique adaptée

18 mai*
Activités manuelles pour stimuler son proche

1^{er} juin*
Hydratation et cocktails sans alcool pour l'été

INSCRIPTIONS

03 81 41 67 31
myriam.truche@eliad-fc.fr

Retrouvez le programme sur www.eliad-fc.fr