

# Plateforme d'Accompagnement et de Répétition des Aidants



Vieilles Chez soi autrement



## Programme 3ème trimestre 2026

### Juillet et Août 2026



#### POUR TOUS LES SECTEURS



### ATELIER CULINAIRE

LUNDI 27 JUILLET DE 14H À 16H

Lieu : Espace Favrot - 511 route de Neuville 01390 St André de Corcy

Pour Tous

### PAPOTHE : Pique nique et ballade

LUNDI 10 AOUT 2026 DE 10H À 14H

Profitons de la fraîcheur du matin dans le parc Jassans - Riottier

Repas tiré du sac

Lieu : parc de loisirs- 15 avenue de la plage - 01480 Jassans Riottier

Pour

Tous

### UN NOUVEAU PROJET SE PRÉPARE... ET SI VOUS Y PARTICIPIEZ ?

LUNDI 06 JUILLET 2026 DE 10 H À 12H

Nous vous invitons à un temps d'échange autour d'un futur projet théâtre. De près ou de loin, chacun a sa place dans cette aventure. Votre regard, vos idées et vos envies seront précieux pour imaginer ensemble les premières étapes de ce projet collectif.



Lieu : Espace Favrot - 511 route de Neuville 01390 St André de Corcy

## SECTEUR CHATILLON-SUR-CHALARONNE

### ATELIER SMOOTHIES

LUNDI 31 AOUT 2026 DE 14H A 16H

Pour Tous

Préparons ensemble de délicieux smoothies rafraichissants pour vitaminer votre après midi ! Profitons des fruits de l'été pour passer un agréable moment partagé.

Lieu : EHPAD la Montagne , 366 route de relevant  
01400 Chatillon s/ Chalaronne

**PARTICIPATION**

5€ / personne

## SECTEUR MIRIBEL / MEXIMIEUX

### ATELIER SMOOTHIES

LUNDI 17 AOUT 2026 DE 14H A 16H

Pour Tous

Préparons ensemble de délicieux smoothies rafraichissants pour vitaminer votre après - midi ! Profitons des fruits de l'été pour passer un agréable moment partagé.

Lieu : Aux Lucioles - 83 rue des Terreaux 01700 Miribel

**Participation**

5€ /personne

## HALTE RÉPIT A MIRIBEL

Les mardis et les jeudis de 12h à 16h30

Vous avez besoin de temps libéré? Confiez nous votre proche pour quelques heures ou une demi-journée. Une professionnelle lui proposera des activités .

occupationnelles .

**UNIQUEMENT SUR INSCRIPTION au 04 81 91 91 30**

Lieu : Aux Lucioles - 83 rue des Terreaux 01700 Miribel

**Participation**

8 € la demi journée

10 € la demi journée + repas

**ATELIER JEUX ET CONVIVIALITE**

**LUNDI 20 JUILLET 2026 DE 14H À 16H**

Venez partager un moment de détente  
autour de différents jeux

Pour Tous

Lieu : Aux Lucioles - rue du collège 01600 Reyrieux

**ATELIER SMOOTHIES**

**LUNDI 3 AOUT 2026 DE 14H À 16H**

Préparons ensemble de délicieux smoothies rafraîchissants pour vitaminer votre après midi ! Profitons des fruits de l'été pour passer un agréable moment partagé.

Pour Tous

Lieu : Aux Lucioles - rue du collège 01600 Reyrieux

**Participation**

**5€ /personne**

**Réservés**

**aux**

**Aidants**

# GROUPES DE PAROLE 2026

Animés par la psychologue de la Plateforme, les groupes de parole se retrouvent une fois par mois. Ces rencontres permettent d'échanger sur les difficultés et les changements liés à la perte d'autonomie d'un proche en lien avec une pathologie du vieillissement, sur l'environnement familial, relationnel et personnel. Cet espace favorise le lien, le partage d'expériences entre aidants, permettant de trouver une écoute, une attention pour se sentir entouré et accompagné.

**10 PERSONNES MAXIMUM**

**Uniquement sur inscription**

## **MEXIMIEUX**



Lundi de 14h30 à 16h

Accès Salle Ludothèque - Bâtiment Cinéma l'Horloge

Place Lieutenant Giraud 01800 Meximieux

**6 juillet 2026**

Retrouvons nous  
pour un petit  
temps café

À 14h15

Avant le groupe de  
parole



## **REYRIEUX**

Lundi de 14H30 à 16H

« Aux Lucioles »- Rue du collège »

01600 Reyrieux

**Reprise en septembre  
2026**

## **CHATILLON S/ CHALARONNE**



Lundi de 14H30 à 16H

EHPAD La Montagne, 366 route de Relevant

01400 Châtillon S/ Chalaronne

**20 juillet 2026**

**POUR TOUTES LES ACTIONS :**

**UNIQUEMENT SUR INSCRIPTION / NOMBRE DE PLACE LIMITE**

**POUR ENCORE MIEUX VOUS AIDER :**

- PERMANENCE TELEPHONIQUE : 04 81 91 91 30, du lundi au vendredi de 9h à 17h
- TEMPS D'ECHANGES : Tous les lundis sans RDV de 9h à 11h30 « Aux Lucioles » à Reyrieux
- TRANSPORT POSSIBLE: Selon le secteur d'habitation, la place disponible et si vous n'avez pas de possibilité Sur demande et sur inscription 2€ /personne transport aller-retour
- ACCUEIL PARENTHÈSE : Pour accueillir votre proche pendant votre activité réservée à l'aidant seul. Participation : 3€

**Si vous souhaitez participer à une action, inscrivez-vous!**



Plateforme de répit « Aux Lucioles » Siège :« Aux Lucioles »

Rue du collège 01600 Reyrieux 04 81 91 91 30 - mail : [plateforme@auxlucioles.fr](mailto:plateforme@auxlucioles.fr)