

## A3 et ses valeurs associatives

L'Association A3 oeuvre pour les aidants en veillant à la qualité éthique des aides qu'elle fournit.

La prise en charge d'A3 repose sur la dignité que nous devons redonner à l'aidant, à son rôle de personne à part entière dans le parcours de santé de l'aidé et sur le respect. Cette démarche que nous construisons sur ces deux valeurs doit permettre à l'aidant d'apaiser sa souffrance, de valoriser ses savoirs, son expertise de l'aidé, de trouver sa juste place.

La notion d'autonomie est une aussi une valeur phare : l'accompagnement est orienté vers une plus grande autonomie de l'aidant, de ses capacités, et son désir d'autonomisation."

## Ne restez pas seul !

Être proche aidant c'est

Accompagner, aider de façon régulière (plusieurs heures par jour ou par semaine), une personne en perte d'autonomie qui peut être un membre de la famille, un ami, un voisin.

## A notre tour de vous aider :

# ASSOCIATION A3

Plateforme de répit et d'accompagnement des aidants A3 Arles-Camargue et Marseille

Marseille : 04.91.70.76.53

Arles : 07.77.28.85.65

mail Marseille : [associationa3.marseille@gmail.com](mailto:associationa3.marseille@gmail.com)  
mail Arles : [a3arlescarnargue@hotmail.fr](mailto:a3arlescarnargue@hotmail.fr)

NOS VALEURS



Association de soutien et de répit pour les aidants



# ASSOCIATION A3

Marseille : 04.91.70.76.53

Arles : 07.77.28.85.65

[www.association-a3.fr](http://www.association-a3.fr)



## Lieu ressource pour les aidants



### Accompagnements individuels

- Accompagnement social personnalisé
- Accompagnement psychologique personnalisé

### Nos objectifs

- Soutenir, informer et orienter les aidants dans le parcours d'accompagnement de leur proche
- Prévenir l'épuisement physique et psychologique
- Rompre l'isolement
- Que quelque soit la raison de la perte d'autonomie de l'aidé

### Les formations et les groupes

- Groupes de Parole entre aidants
- Formation aux maladies neurodégénératives
- Formation aux traitements non médicamenteux
- Formation à la prévention de sa santé



### Les ateliers et sorties de répit

- Visites culturelles
- Croisière à la journée
- Moment convivial au restaurant...

- Sophrologie
- Art-thérapie
- Ateliers créatifs
- Relaxation...



## Partenaires

