

Édito

Cher.e.s lectrices et lecteurs,

À l'occasion de ce nouveau numéro de la « Lettre des Familles », nous réaliserons un état des lieux des services et acteurs assurant une mission de coordination au sein du territoire Nord des Hauts-De-Seine. En tant que proche aidant, vous êtes susceptible d'être en contact avec eux au cours de l'accompagnement de votre proche âgé et/ou en situation de handicap. Nous vous invitons à les solliciter pour toute demande ou information complémentaires qui rentrent dans le cadre de leur champ de compétences.

Dans cette 23^{ème} édition, nous ferons le point sur l'évolution de notre association, qui a été renommée Sémaphore Santé 92 Nord. Cette dernière a toujours pour mission de proposer à votre proche, une prise en charge coordonnée entre acteurs sur le territoire.

Dans le second article, nous reviendrons sur les missions des CLIC (*Centres Locaux d'Information et de Coordination*) et des coordinations gérontologiques à destination des personnes âgées et de leurs aidants, puis sur celles des missions handicap portées par les CCAS, chargées d'accompagner toute personne en situation de handicap et leurs aidants dans les démarches administratives et sociales.

Dans le troisième article, nous évoquerons le rôle des Plateformes d'Accompagnement et de Répit des Aidants (PRF ou PARA), qui ont pour vocation d'apporter un soutien individuel et/ou collectif aux proches aidants des personnes âgées en perte d'autonomie, quelle que soit la maladie.

Enfin, nous présenterons les différents parcours santé proposés par la Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) à destination des personnes souffrant d'une Affection Longue Durée (ALD).

Nous espérons que ce numéro thématique vous plaira et apportera des réponses à vos questions. N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques et nous suggérer des idées de thématiques et d'articles pour le prochain numéro !

Nous vous souhaitons une bonne lecture.

Élodie JOUANNEAU

Ergothérapeute de coordination DAC 92 Nord

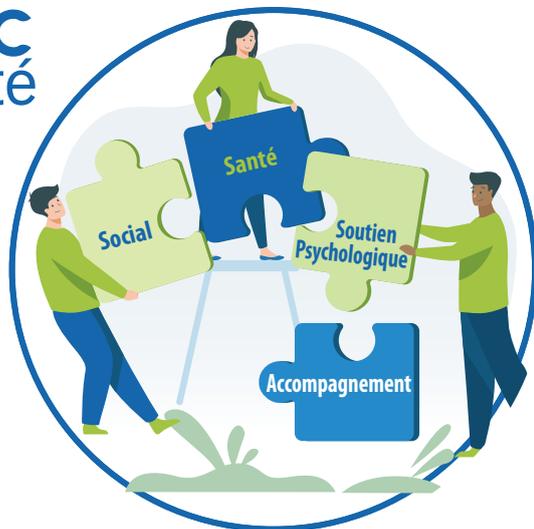
Amélie GROUSSELLE

Coordinatrice de parcours complexes DAC 92 Nord

Léa RENOUF

Psychologue de coordination DAC 92 Nord

Et si on parlait...



L'état de santé de votre proche nécessite une prise en charge coordonnée entre plusieurs professionnels.

- ▶ Il rencontre des difficultés d'accès aux soins.
- ▶ Il est en perte d'autonomie temporaire ou définitive.
- ▶ Il souffre d'une pathologie chronique ou d'un cancer.

L'association Sémaphore Santé 92 Nord (rapprochement du Réseau 92 Nord, des MAIA Nord et Centre Nord) peut vous soutenir et vous aider !



**une association
à votre écoute**

Votre proche vit dans l'une des 12 communes de la boucle Nord des Hauts-de-Seine (Asnières-sur-Seine, Bois-Colombes, Clichy-sur-Seine, Colombes, Courbevoie, Gennevilliers, La Garenne-Colombes, Levallois-Perret, Nanterre, Neuilly-sur-Seine, Puteaux, Villeneuve-la-Garenne).



NOS MISSIONS

- ▶ Faciliter l'organisation du parcours de soins,
- ▶ Tenir compte des besoins,
- ▶ Respecter les projets personnels, le vôtre et celui de votre proche afin d'améliorer votre qualité de vie, votre quotidien.



**N'HÉSITEZ PAS
À NOUS CONTACTER
POUR PLUS
D'INFORMATIONS.**

LES CLIC

Créés en 2001, les CLIC (*Centres locaux d'Information et de Coordination*) sont des services médico-sociaux de proximité qui s'adressent aux personnes âgées de plus de 60 ans, leur entourage et les professionnels du territoire. Les CLIC interviennent sur une commune ou sur un groupement de communes.

Dans les Hauts-de-Seine, le Conseil Départemental a choisi de couvrir le territoire avec des CLIC ou des coordinations gérontologiques. Certaines communes n'en sont pas pourvues (*Levallois et Villeneuve La Garenne*).

LES MISSIONS DES CLIC :

- ▶ **Informer et aider dans leurs démarches** les personnes âgées et leurs proches dans les différents domaines de la vie quotidienne (*santé, habitat, transports, aide à domicile, entrée en établissement, retour à domicile après hospitalisation...*);
- ▶ **Accompagner et guider** la personne âgée et ses proches vers des solutions adaptées à leurs attentes dans le respect de l'identité et du libre choix de la personne âgée, après évaluation de ses besoins ;
- ▶ **Participer** à la lutte contre l'isolement des personnes âgées vivant à domicile ;
- ▶ **Soutenir les proches aidants** (*soutien individuel, espaces de parole*);

- ▶ **Participer à la prévention de la maltraitance** des personnes âgées ;
- ▶ **Favoriser la coordination et la coopération** entre les différents professionnels intervenant auprès des personnes âgées ;
- ▶ **Développer des projets de prévention** et d'amélioration des conditions de vie et de soin des personnes âgées du territoire.



COORDONNÉES DES CLIC ET DES COORDINATIONS GÉRONTOLOGIQUES

- ▶ **Asnières sur seine**
16 Place de L'hotel de Ville
Tél. 01 41 11 17 70
ccas-clic@mairieasnieres.fr
- ▶ **Bois Colombes**
79 rue Charles Duflos
01 41 19 83 05
ccas@bois-colombes.com
- ▶ **Clichy La Garenne**
80 Boulevard du Général Leclerc
Tél. 01 47 15 72 98
coordo.geronto@ville-clichy.fr
- ▶ **Colombes**
36, avenue du Maréchal Joffre
Tél. 01 47 60 43 54
clic@mairie-colombes.fr
- ▶ **Courbevoie et La Garenne Colombes**
43 rue Kilford à Courbevoie
Tél. 01 47 88 12 22
clicarchipel@wanadoo.fr
- ▶ **Gennevilliers**
17 rue Victor Hugo
Tél. 01 40 85 68 68
aurelie.ranson@ville-gennevilliers.fr
- ▶ **Nanterre**
88/118 rue du 08 Mai 1945
Tél. 01 71 11 43 90
clickenanterre@mairie-nanterre.fr
- ▶ **Neuilly Sur Seine**
96 bis avenue Achille Peretti
Tél. 01 40 88 87 07
clic@ville-neuillysurseine.fr
- ▶ **Puteaux**
133 rue de La République
Tél. 01 46 92 95 25
ccas@mairie-puteaux.fr

LES MISSIONS HANDICAP

Chaque commune possède un Centre communale d'Action Sociale (CCAS) qui accueille une mission handicap ou un référent handicap. Ils sont chargés de mettre en œuvre la politique handicap de la ville. Ils s'occupent de l'accessibilité des bâtiments de la ville, de la voirie, des espaces publics, des places de stationnement. Ils développent également des actions collectives d'inclusion et de sensibilisation au handicap en travaillant avec les différents services de la ville (*sport, enfance, petite enfance...*) et les acteurs du territoire (*CCAS des villes, associations de personnes en situation de handicap, entreprises d'insertion...*). Ils participent ainsi au développement d'une politique locale dynamique en matière d'inclusion des personnes en situation de handicap.

- ▶ **Selon les communes**, les CCAS peuvent aussi accompagner les personnes en situation de handicap et leurs proches dans leurs problématiques sociales. Ils peuvent également leur apporter des renseignements sur leurs droits, les orienter vers d'autres partenaires et les aider dans les démarches administratives, notamment dans la constitution et le suivi des dossiers MDPH 92 (Maison Départementale des Personnes Handicapées).
- ▶ **Bien d'autres actions spécifiques** sont développées par ces structures. Certaines proposent même des visites à domicile. N'hésitez pas à prendre contact avec celle de votre ville pour toutes informations ou demandes complémentaires.

▶ **Asnières sur seine**

14 rue des parisiens
Tél. 01 41 11 16 75
ecourtois@mairieasnieres.fr ou
cfoucher@mairieasnieres.fr

▶ **Bois Colombes**

79 rue Charles Duflos
Tél. 01 84 11 75 15
et 01 84 11 74 74
a.sable@bois-colombes.com ou
m.froux@bois-colombes.com

▶ **Clichy La Garenne**

90 bis rue Martre
Tél. 01 47 15 33 41
et 01 47 15 96 02
mission-handicap@ville-clichy.fr

▶ **Colombes**

5 rue de la liberté
Tél. 01 47 60 82 89
colombeshandicap@
mairie-colombes.fr

▶ **Courbevoie**

2 place de l'Hôtel de ville
Tél. 01.80.03.60.56
a.novat@ville-courbevoie.fr

▶ **Gennevilliers**

177 avenue Gabriel-Péri
Tél. 01 40 85 62 65
nicole.flajszakier@
ville-gennevilliers.fr

▶ **Nanterre**

88/118 rue du 8 mai 1945
Tél. 01 47 29 59 65 - 39 92
elisabeth.wilkowski@
mairie-nanterre.fr

▶ **Neuilly Sur Seine**

96 Avenue Achille Peretti
Tél. 01 40 88 89 39
celine.goergenl@
ville-neuillysurseine.fr

▶ **La Garenne Colombes**

68 boulevard
de la République
Tél. 01 72 42 40 84
maryse.vatan@
lagarennecolombes.fr

▶ **Levallois Perret**

3 Place de la République
Tél. 01 49 68 30 00
pmilleret@ville-levallois.fr

▶ **Puteaux**

102 bis rue de la République
Tél. 01 46 92 93 13 ou 14
ccas@mairie-puteaux.fr

▶ **Villeneuve la Garenne**

28 avenue de Verdun
Tél. 01 40 85 57 57
ccas@villeneuve92.com

LES PLATEFORMES D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT DES AIDANTS (PFR OU PARA)

Le 1^{er} janvier 2016, la Loi d'Adaptation de la Société au Vieillessement (ASV) a défini le « proche aidant », comme l'ensemble des proches (*conjoint, enfants, amis, etc.*) ayant un lien fort et assurant une fonction d'aide au quotidien auprès d'une personne âgée vulnérable.

Les études ont montré que l'aide apportée n'est pas sans impact sur l'aidant. Ainsi, beaucoup d'aidants peuvent souffrir d'altération de leur état de santé, de leur moral, et d'un sentiment d'isolement et d'inquiétude. Pour les soutenir, le plan Alzheimer 2008-2012 préconisait la création de Plateformes d'Accompagnement et de Répit des Aidants (PARA), qui ont pour vocation de soutenir les proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie ou souffrant de maladies neuro-évolutives (*maladie d'Alzheimer, de Parkinson, à Corps de Lewy, AVC, etc.*).

Les équipes des plateformes sont composées de professionnels du secteur médico-social, avec, notamment la présence de psychologues sensibilisés aux problématiques des proches aidants. Les plateformes proposent un accompagnement individuel ou collectif en fonction des besoins des aidants. Leurs missions sont :

- ▶ **L'écoute, l'orientation et le conseil aux aidants** dans leurs démarches et la mise en lien vers les bons interlocuteurs ;

- ▶ **Le soutien psychologique** téléphonique ou en présentiel afin d'aider les aidants à mieux comprendre la maladie de leur proche, prendre du recul et bénéficier de conseils personnalisés.

- ▶ **La mise en place de groupes d'information**, de formation, ou de parole dans l'objectif d'offrir aux aidants des espaces d'échanges sur des thématiques liées à l'accompagnement d'un proche malade et obtenir des informations par des spécialistes.

- ▶ **La proposition d'activités aidant-aidé** afin de permettre à l'aidant de passer du bon temps avec son proche, découvrir des activités à faire ensemble et encourager la personne aidée à renouer avec une vie sociale.

- ▶ **La proposition d'activités aidants seuls** de nature créative et culturelle afin de favoriser l'expression des émotions, l'enrichissement personnel et l'amélioration de l'estime de soi.

- ▶ La proposition d'activités de détente, de relaxation et de bien-être pour prendre du temps pour soi, se détendre et se ressourcer.

Les Plateformes ont aussi comme mission de proposer du répit, sous différents formats :

- ▶ **Répit à domicile** : un professionnel se déplace à domicile et ce, à moindre coût, pour remplacer l'aidant de façon ponctuelle. Par exemple, pendant que l'aidant prend du temps pour lui, se rend à des RDV médicaux, à des activités sociales ou de loisirs.
- ▶ **Financer des journées d'accueil de jour** de façon ponctuelle : en fonction des disponibilités des accueils de jour et des possibilités de la personne accompagnée.
- ▶ **Financer des activités de stimulation cognitive ou sensorielle** : pour le proche malade, à l'extérieur ou à domicile.
- ▶ **Participation à la mise en place d'autres solutions de répit** : hébergement temporaire, accueil de nuit, etc.

L'accompagnement de la Plateforme est gratuit et sans limite dans le temps. Certaines prestations demandent une légère participation financière.

POUR NOUS RETROUVER

- ▶ Si vous habitez à Asnières-sur-Seine, Bois-Colombes, Colombes ou Courbevoie, contactez la Plateforme des Camélias

- **Claire Gogniat**
(Psychologue)
Tél. 01 47 81 90 11
para@fondation-aulagnier.fr

- **Alicia Garzon Heredia**
(Responsable)
Tél. 01 47 81 90 11
Tél. 06 48 52 02 38
para@fondation-aulagnier.fr

- ▶ Si vous habitez à Clichy-la-Garenne, Courbevoie, Gennevilliers, La Garenne-Colombes, Levallois-Perret, Nanterre, Neuilly-sur-Seine, Puteaux ou Villeneuve-la-Garenne contactez la Plateforme Hauts-de-Seine Centre-Nord

- **Natacha de la Tour**
(Psychologue)
Tél. 07 69 26 11 07
ndelatour@delta7.org

- **Charlotte Sauzéat**
(Chargée des activités)
Tél. 07 63 74 69 48 ou
csauzeat@delta7.org

- **Raphaëlle Martin**
(Responsable)
Tél. 06 51 01 77 91
par92@delta7.org



SPORT SANTÉ EPGV

La Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) est la première fédération sportive non compétitive qui réunit plus de 500 000 licenciés au sein de plus de 7000 associations. Elle existe depuis 130 ans et a pour objectif de développer la pratique du sport, la lutte contre la sédentarité et la diffusion de valeurs associatives humanistes sous la bannière du Sport-Santé.

Sur les HAUTS-DE-SEINE nous déclinons tout particulièrement cet objectif avec l'offre de plusieurs cours santé : Gym'cancer, Handy Fitness et APA diabète ou Obésité.

Depuis 5 ans le partenariat avec la CPAM 92 nous permet de proposer des cours santé pour les personnes en ALD, qui sont partiellement, ou totalement, financés par la CPAM.

► Informations et inscription

• Codep EPGV 92

6 place G. Péri

Sèvres 92 310

Tél. 01 45 34 04 22

<https://www.codepepgv92.fr/cours-santé/>

