



## LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

FÉVRIER 2022

Plateforme d'accompagnement  
et de répit des aidants  
Hauts-de-Seine Centre-Nord  
Les Pivoines - DELTA 7

### ATELIERS EN DISTANCIEL SUR LE THÈME DE LA COMMUNICATION ET DE LA MÉDIATION AVEC SON PROCHE MALADE

Nous proposons deux ateliers de 2h30 entre aidants sur la thématique de la communication avec son proche malade. La communication avec son proche peut vite être impactée par la maladie et être une source de souffrance aussi bien pour l'aidant que pour l'aidé. Nous souhaitons ainsi vous proposer un temps d'information et d'échange sur cette thématique.

Le premier atelier abordera l'impact de la maladie et les possibilités de réajustement dans la communication avec son proche. Le deuxième atelier portera sur la médiation comme support d'échange pour communiquer avec son proche et une réflexion sur la création de nouveaux espaces d'échanges.

Ces ateliers auront lieu en visio le jeudi 10 février et le jeudi 17 février 2022 de 15h30 à 18h00.

Ils seront animés par Charlotte Sauzéat et Natacha de La Tour, psychologue. Il est nécessaire de s'inscrire pour participer.

→ **INSCRIPTIONS** auprès de Natacha de LA TOUR (07 69 26 11 07 ou [ndelatour@delta7.org](mailto:ndelatour@delta7.org)).

### ATELIERS «ENTR'AIDANTS» EN DISTANCIEL

La Plateforme vous propose des ateliers «entr'aidants», pour prendre le temps de trouver en petit groupe des solutions aux difficultés de chacun.

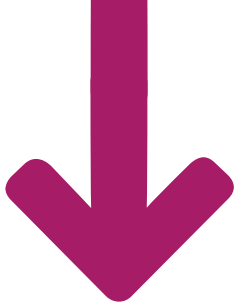
Conçus et animés par l'Association Nouveau Souffle, ces ateliers se déroulent en groupe de sept maximum. Ces ateliers auront lieu en visio-conférence et se composent de quatre séances, leur accès est gratuit mais il est nécessaire de s'inscrire pour y participer. Les participants sont aussi invités à venir à l'ensemble des séances. Dates : 16/02, 16/03, 13/04 et 18/05 de 18h à 20h en distanciel.

→ **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS** auprès de Natacha de LA TOUR (07 69 26 11 07 ou [ndelatour@delta7.org](mailto:ndelatour@delta7.org))

### LA MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE CONTINUE AVEC OLIVIA

C'est l'occasion de vous (re) connecter à vos ressources intérieures de force, de patience et de bienveillance. Que vous ayez déjà pratiqué la méditation ou non, cet espace sera l'occasion d'un précieux moment de lâcher prise ... Rendez-vous en visio, chaque semaine, les jeudis à 18h.

→ **INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS** auprès d'Olivia ([meditation.live@delta7.org](mailto:meditation.live@delta7.org)).



## UN ATELIER «ÉCRITURE» POUR LES AIDANTS SEULS»

Notre partenaire Culture et Hôpital organise un atelier écriture en virtuel, tous les mercredis de 17h30 à 19h et qui est destiné aux Aidants seuls. Ces séances sont animées par Rodolphe qui est metteur en scène, écrivain et comédien. Dans cet espace valorisant les mots et la littérature, l'occasion est donnée à chacun de créer librement et de s'enrichir de l'écoute des uns et des autres.

→ **RENSEIGNEMENTS** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou [par92@delta7.org](mailto:par92@delta7.org)).

## DES ACTIVITÉS «BIEN-ÊTRE» POUR LES AIDANTS À RUEIL-MALMAISON !

En partenariat avec la résidence services seniors DOMITY Apidéa à Rueil-Malmaison, nous avons le plaisir de vous proposer d'accéder gratuitement (sur réservation) à 3 activités organisées par la résidence ; vous pourrez ainsi choisir, selon vos envies, entre une activité culturelle (conférence, club de lecture...), une activité sportive (gym douce, aquagym...) ou bien encore une activité ludique (art floral, dessins, jeux de société...)

En semaine ou le week-end, l'équipe de la résidence vous propose de vous détendre dans un cadre lumineux, spacieux et accueillant !

→ **RENSEIGNEMENTS** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou [par92@delta7.org](mailto:par92@delta7.org))

## DU RÉPIT POUR VOUS ET DES SORTIES CULTURELLES POUR VOTRE PROCHE TOUS LES 15 JOURS

L'association Artz, partenaire de la Plateforme, propose à votre proche des visites au sein d'un musée parisien, avec un bénévole et ceci tous les 15 jours. A noter que ces visites pourraient être virtuelles et à domicile si le contexte sanitaire l'imposait. L'inscription est soumise à conditions.

→ **RENSEIGNEMENTS** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou [par92@delta7.org](mailto:par92@delta7.org))

## UNE CELLULE DE SOUTIEN À VOTRE ÉCOUTE

Dispositif du plan Alzheimer 2008-2012, la Plateforme d'accompagnement est dédiée aux aidants de personnes âgées désorientées ou en perte d'autonomie. Elle a pour mission de vous apporter soutien et répit avec des propositions proches de votre domicile.

La Plateforme d'accompagnement couvre les villes de La Garenne-Colombes, Courbevoie, Puteaux, Neuilly-sur-Seine, Levallois-Perret, Clichy.

**L'équipe de la Plateforme est à votre écoute pour répondre à vos interrogations, vos éventuelles difficultés, comprendre la situation que vous vivez et guider vos recherches d'aides :**

- Marie BENOÎT, coordinatrice de la Plateforme (07 67 15 71 26 ou [par92@delta7.org](mailto:par92@delta7.org))
- Natacha de la Tour, psychologue (07 69 26 11 07 ou [ndelatour@delta7.org](mailto:ndelatour@delta7.org))