



LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

MARS 2021

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



ÉMISSION WEB TV DÉDIÉE AUX AIDANTS

La prochaine émission «Si je dis... Aidant ?» aura lieu le jeudi 18 mars à 12h et donnera la parole à Corinne, 53 ans, aidante de son époux atteint de la maladie d'Alzheimer depuis quelques années. Rdv sur www.canaldelta7.org !

→ N'hésitez pas à nous proposer des idées ou soumettre vos projets par mail à : aidant@delta7.org.

« NOS FLÂNERIES, DE TOIT EN TOIT » POUR LES AIDANTS SEULS

Nous vous donnons à nouveau rendez-vous pour « nos flâneries, de toit en toit », ce nouvel espace d'échange mensuel entre aidants ... Qu'elles soient culturelles, intellectuelles, corporelles ou créatives, les activités du quotidien soutiennent l'énergie vitale et l'amplifient. Quelles sont les vôtres ? Les précieuses, les perdues, les découvertes ?

Fanny et Charlotte vous proposent d'échanger chaque mois sur un thème d'activité, de partager vos expériences/idées et initier à la nouveauté ceux qui le souhaitent !?

Pour ce mois de mars, c'est l'univers des arts plastiques qui sera à l'honneur.

Rdv le vendredi 26 mars de 16h30 à 17h30.

→ RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès de Fanny Perret (06 52 79 18 61 ou par mail : par94@delta7.org).

DES VACANCES EN TOURAINE AVEC VOTRE PROCHE POUR CET ÉTÉ ?!

La Plateforme d'accompagnement vous propose un séjour près de Tours, pour votre proche et vous, en partenariat avec le « Village Répit Familles TOURAINE ». Spécialement conçu pour vous accueillir avec votre proche, cette structure vous offre la possibilité de partager de bons moments et de vous reposer, dans un lieu totalement adapté, avec le soutien d'une équipe médico-sociale présente 24h/24.

Ce séjour aura lieu du vendredi 2 au vendredi 9 juillet 2021, pour un tarif de 302,40 € par couple (hors transport et sous conditions). Nombre de places limité.

→ RENSEIGNEMENTS ET PRÉ-INSCRIPTIONS avant le 26 mars auprès de Margot Thery (07 64 26 14 08 / mthery@delta7.org)



DES RENDEZ-VOUS CULTURELS ET CRÉATIFS AVEC CULTURE ET HÔPITAL

L'équipe propose chaque mois des retrouvailles autour d'un thème ou proposition de créations dans une ambiance chaleureuse et bienveillante :

- Un atelier danse les lundis de 11h30 à 12h30 pour les aidants/aidés
- Des ateliers multisensoriels les mardis de 11h à 12h pour les aidants/aidés
- Un atelier d'écriture pour les aidants les mercredis de 18h à 19h
- Des visites virtuelles de musées et partenaires culturels les jeudis et vendredis.

→ **RENSEIGNEMENTS** auprès de **Charlotte Sauzéat** (07 63 74 69 48 ou csauzeat@delta7.org).

RAPPEL : DU RÉPIT TOUS LES 15 JOURS AVEC L'ASSOCIATION ARTZ

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 **Charlotte Sauzéat** (07 63 74 69 48 ou csauzeat@delta7.org).

ET TOUJOURS... LES RENDEZ-VOUS HEBDO POUR SE RELAXER :

La méditation pleine conscience 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 mardis et jeudis à 18h.

→ **INFOS ET INSCRIPTIONS** auprès d'**Olivia** (07 67 15 71 26 ou meditation.live@delta7.org)

Qi Gong et automassages avec Maria-Luisa et Dominique :

Rendez-vous les mardis après-midi en visio de 14h à 15h.

→ **INSCRIPTIONS** auprès de **Fanny PERRET** (06 52 79 18 61 ou par94@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 :

- **Raphaëlle Martin**, responsable de la Plateforme (06 51 01 77 91 ou par92@delta7.org)
- **Natacha de la Tour**, psychologue (07 69 26 11 07 ou ndelatour@delta7.org)
- **Charlotte Sauzéat**, chargée des activités (07 63 74 69 48 ou csauzeat@delta7.org)