



LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

JUIN 2022

Plateforme d'accompagnement
et de répit des aidants
Hauts-de-Seine Centre-Nord

ATELIER BIEN ÊTRE POUR LES AIDANTS À LEVALLOIS PERRET

La Résidence Greffhule, de la Société Philanthropique, nous accueille **le samedi 25 juin de 14h30 à 16h30**, afin que l'on vous propose un temps rien que pour vous !

Médiation avec Olivia De Groc et atelier corporel inspiré du yoga assis avec Marie Benoit vous seront proposés pour vous ressourcer, vous détendre. **SÉRÉNITÉ** sera le mot du jour.

OUVERT à toutes les villes.

→ **INSCRIPTION** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou par92@delta7.org)

ATELIER PARTAGÉ AUTOUR DE LA CUISINE À SURESNES

L'équipe de la résidence Les Sarments, vous invite à partager un moment convivial autour de la préparation d'un apéritif en famille, le samedi matin ! Dans un cadre agréable, nous vous inviterons à mettre la main à la pâte pour réaliser un apéritif gourmand dans la joie et la bonne humeur. Nous pourrons, ensuite, profiter du soleil en le dégustant sur la terrasse.

Cet atelier sera animé par Marie Benoit, **le samedi 25 juin de 10h30 à 12h30**.

OUVERT à toutes les villes.

→ **INSCRIPTION** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou par92@delta7.org)

VISITE GUIDÉE DU PARC DE BAGATELLE SEUL OU AVEC VOTRE PROCHE

Besoin de respirer, de prendre l'air dans un cadre ressourçant ... Alors venez partager ce moment avec nous le **14 juin de 14h30 à 16h30**. Un guide conférencier de la Mairie de Paris vous proposera une promenade pittoresque, véritable écrin de nature hors du temps où l'on oublie tout!

Rendez vous devant la grille de Sèvres. **OUVERT à toutes les villes**

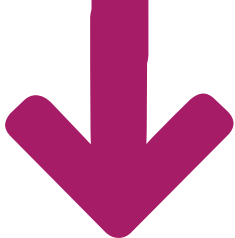
→ **INSCRIPTION** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou par92@delta7.org)

MASSAGE RELAXANT POUR LES AIDANTS A NEUILLY

Cathy vous propose de vous recevoir, à l'accueil de jour des Pivoines, pour un instant ressourçant. Grâce à ce massage assis et habillé de 15 min vous vous sentirez à la fois détendu et redynamisé. Jeudi 9 et 16 juin en après midi. Venez tentez l'expérience !

OUVERT à toutes les villes.

→ **INSCRIPTION OBLIGATOIRE** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou par92@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 ensemble, 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 5 au vendredi 12 aout**, pour un tarif de 306,60 € par couple (hors transport et sous conditions). Nombre de places limité.

→ **INSCRIPTION** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou par92@delta7.org)

BALADE AU BOIS DE VINCENNES, SEUL OU EN BINÔME AIDANT-AIDÉ

Que diriez-vous de vous accorder un moment hors du temps ? Emmenés par notre guide Adeline sur les sentiers du Bois de Vincennes les plus secrets, nous nous échappons dans les sous-bois pour une découverte sensorielle et intemporelle des plantes sauvages. Elles sont parfois comestibles, souvent médicinales. Une jolie façon de concilier un apaisant bain de nature, avec un moment de partage unique. Une dégustation conviviale est prévue en fin de session. Vos futures balades auront beaucoup de nouvelles saveurs ! **Rendez-vous le mardi 28 juin à 14h sur place. Comptez 2h30 de balade.**

Lieu de rendez-vous : 47 avenue du petit Parc, Vincennes. accès : Ligne 1, métro Bérault, sortie 2 (5 min de marche).

→ **INSCRIPTION** auprès de Olivia de Groc au 07 66 02 29 49 ou odegroc@delta7.org

LA MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE CONTINUE AVEC OLIVIA DE GROC

Rdv Zoom, chaque semaine **les jeudis à 18h. A noter : pause le jeudi 9 juin.**

→ **INFOS ET INSCRIPTIONS** auprès d'Olivia de Groc 07 66 02 29 49 ou meditation.live@delta7.org

PERMANENCE À COURBEVOIE, LEVALLOIS ET NEUILLY

Nous vous proposons un espace d'écoute, de conseil et d'orientation plus proche de chez vous. Pour cela, rencontrons-nous !

Prochaine date au CCAS de Levallois Perret: **le 2 juin**

Prochaine date au CCAS de Courbevoie : **le 23 juin**

Chaque **lundi** ou **vendredi** du mois de mai au sein de l'accueil de jour des Pivoines à Neuilly.

→ **PRISE DE RENDEZ VOUS** auprès de Marie BENOÎT (07 67 15 71 26 ou 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 et 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)

- **Natacha de la Tour**, psychologue (07 69 26 11 07 ou ndelatour@delta7.org)