



LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

SEPTEMBRE 2021

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



ÉMISSION WEB TV DÉDIÉE AUX AIDANTS

Lors de la prochaine émission « Si je dis Aidant...? », nous recevrons Morgane HIRON, Déléguée Générale du Collectif Je t'Aide - dont fait partie Delta 7. Elle nous présentera le Collectif Je t'Aide, qui porte la voix des 11 millions d'aidants en France, et son plaidoyer 2021 qui aborde le sujet de l'isolement social des aidants. L'émission aura lieu le jeudi 16 septembre à 14h. Rdv sur www.canaldelta7.org !

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

ATELIERS POUR MIEUX COMMUNIQUER 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 démarreront fin septembre et seront animés par Charlotte Sauzéat, chargée des activités aidants-aidés et Natacha de La Tour, psychologue. L'inscription est limitée à six aidants.

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

ACTIVITÉ À PARTAGER AVEC SON PROCHE À COURBEVOIE !

Marie BENOIT, responsable de l'accueil de jour Ger'Home à Courbevoie, vous accueille de nouveau en famille, pour ses rencontres conviviales du samedi matin!

Gwen Flejou, musico-thérapeute, vous proposera d'écouter, de jouer et vibrer au rythme des mélodies ! Mélomane assidu ou amateur curieux, venez nombreux nous rejoindre le samedi 23 octobre de 10h30 à 12h. Ambiance conviviale garantie !

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

DU RÉPIT TOUS LES 15 JOURS AVEC L'ASSOCIATION ARTZ

Pour rappel, l'association Artz propose à votre proche d'être accompagné par un bénévole lors de visites dans un musée parisien et ceci tous les 15 jours à compter du mois d'octobre. L'inscription est soumise à conditions.

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



REPRISE DE 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 jeudis à 18h.

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

GROUPE DE RÉFLEXION AUTOUR DE L'ENTRÉE EN INSTITUTION

Nous proposons aux aidants de participer à un groupe d'échanges, de réflexions et d'informations en distanciel autour de la question de l'entrée en EHPAD qui comprend :

- deux rencontres entre aidants, de 15h45 à 18h (les lundis 27 septembre et 18 octobre 2021),
- animées par les professionnelles de la Plateforme,
- ponctuées de témoignages de familles et d'interventions de professionnels sensibilisés à l'hébergement de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer ou troubles apparentés.

→ **INSCRIPTIONS** auprès de Natacha de LA TOUR (07 69 26 11 07 ou ndelatour@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) dès le 6 octobre prochain 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 Charlotte SAUZÉAT (07 63 74 69 48 ou csauzeat@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)