



## LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

FÉVRIER 2020

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

✱ Plateforme Delta7  
Paris Nord



NOUVEAU

### MA VIE ÉMOTIONNELLE DEPUIS LES 1<sup>ER</sup> SIGNES DE LA MALADIE

Accompagner un proche en situation de dépendance est un chemin associé à de fortes expériences émotionnelles telles que la tristesse, la colère ou encore la joie... Ce temps de rencontre sera l'occasion de mettre des mots et des couleurs sur les différentes émotions qui traversent la vie de l'aidant depuis les premiers signes de la maladie. Cette proposition de groupe est destinée à tous les aidants accompagnant un proche en perte d'autonomie. La séance sera co-animée par Emilie Gabillet, psychologue et Charlotte Sauzéat, chargée des activités de la Plateforme. **La rencontre aura lieu le vendredi 21 février de 16 h à 18 h au 5, rue Firmin Gémier dans le 18<sup>e</sup>.**

→ RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès d'Emilie GABILLET, au 06 52 98 36 00.

### SÉJOUR CULTUREL POUR VOTRE PROCHE EN PERTE D'AUTONOMIE

#### SAMEDI 15 ET DIMANCHE 16 FÉVRIER DE 11 H À 17 H

Le prochain « séjour culturel » pour votre proche se déroulera les 15 et 16 février prochain de 11 h à 17 h au sein de la résidence médicalisée Korian Monceau (Paris 17<sup>e</sup>). Pour rappel, ce sont deux journées d'activités artistiques et culturelles pour votre proche (ateliers théâtre, arts plastiques, danse, cuisine, musique etc.), destinées aussi à vous offrir du répit. Pour ceux qui le souhaitent, il est possible d'y passer la nuit du samedi au dimanche. Attention, le nombre de places est limité !

→ RENSEIGNEMENTS ET PRE-INSCRIPTIONS auprès de Charlotte SAUZÉAT (06 15 13 62 07 ou [csauzeat@delta7.org](mailto:csauzeat@delta7.org)).

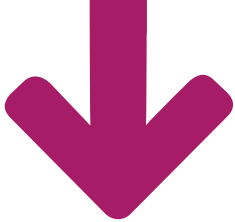
### PROPOSITION D'ACTIVITÉS POUR LES AIDANTS AVEC LEUR PROCHE !

#### ➤ JEUDI 13 FÉVRIER À 14 H 30 « EXPOSITION HANS HARTUNG AU MUSÉE D'ART MODERNE »

Cet atelier vous propose de réveiller votre potentiel créatif par la relaxation et le lâcher prise avec le Wutao, un art énergétique accessible à tous. Cette pratique corporelle est suivie de la contemplation des œuvres de l'exposition, puis d'un atelier en arts plastiques dans un espace convivial. Un grand choix de matériel est proposé, toutes les conditions sont réunies afin de libérer sa créativité.

RDV à 14h15 dans le hall du Musée au 1 Rue de la Légion d'Honneur, 75007 Paris

→ INSCRIPTIONS auprès de Charlotte Sauzéat (06 15 13 62 07 ou [csauzeat@delta7.org](mailto:csauzeat@delta7.org)).



## À VOS AGENDAS !

### RÉUNION D'INFORMATION SUR LE RÉPIT EN EHPAD

**MARDI 10 MARS À PARTIR DE 14 H À LA RÉSIDENCE KORIAN MAGENTA (PARIS 10<sup>E</sup>)**

Thème : « Qu'est-ce que le répit en EHPAD ? Éléments de réponses par des professionnels et des aidants »  
A noter, votre proche pourra être accueilli au sein de la résidence pendant la réunion si vous le souhaitez.

→ **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS** auprès de **Raphaëlle MARTIN**, au **06 51 01 77 91**.



**NOUVEAU**

### PROPOSITION D'ACTIVITÉS POUR LES AIDANTS SEULS

→ **SAMEDI 29 FÉVRIER /14 H-17 H « ATELIER D'EXPRESSION ET DE CRÉATION »**

La Plateforme d'accompagnement ouvre ce mois de février un cycle d'ateliers trimestriels destinés aux aidants seuls. La proposition est de donner l'occasion de « prendre un temps pour soi », de se ressourcer/s'exprimer au travers de deux médiations artistiques. L'accompagnement sera soutenu par deux intervenants qui apporteront chacun la richesse de leur univers artistique.

Pour ce premier temps, ce sont Miguel Canelha et Charlotte Sauzéat, en s'appuyant sur l'écriture et les arts plastiques, qui seront à vos côtés.

Rendez-vous à l'accueil de jour CASA DELTA 7 - Paris 17 (53, avenue de St Ouen, Paris 17<sup>e</sup>).

→ **INSCRIPTIONS** auprès de **Charlotte SAUZÉAT** (**06 15 13 62 07** ou **csauzeat@delta7.org**).



**NOUVEAU**

### GROUPE POUR LES AIDANTS DONT LE PROCHE EST EN EHPAD

Nous vous proposons un nouveau temps d'échanges sur le thème « La maladie m'a conduit à confier mon proche en EHPAD : Comment je le vis ? ». Ce groupe se destine aux aidants dont le proche réside en EHPAD. Il sera l'occasion de partager ses expériences de l'EHPAD, de confronter ses représentations, et de mettre des mots sur son vécu associé à cette réalité. Ce temps de paroles sera co-animé par Emilie Gabillet, la Psychologue de la Plateforme et Susanne Ohrn, Psychologue et formatrice à France Alzheimer.

**La rencontre aura lieu le lundi 27 avril de 16 h à 19 h au 5, rue Firmin Gémier, Paris 18<sup>e</sup>.**

→ **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS** auprès d'**Emilie GABILLET**, au **06 52 98 36 00**.

## 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 Delta 7 couvre les 8<sup>e</sup>, 9<sup>e</sup>, 10<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup>, 18<sup>e</sup> et 19<sup>e</sup> arrondissements de Paris.

**Raphaëlle MARTIN**, responsable de la Plateforme, **Emilie GABILLET**, psychologue et **Charlotte SAUZÉAT**, chargée des activités, sont à votre écoute pour répondre à vos interrogations, vos éventuelles difficultés, comprendre la situation que vous vivez et guider vos recherches d'aides.

**N° Vert 0 800 877 707**

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE