



6 oct.
2020



JOURNÉE NATIONALE des aidant.e.s

LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

OCTOBRE 2020

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

* Plateforme Delta7
Val-de-Marne Ouest

LA PLATEFORME PEUT VOUS ACCUEILLIR EN PRÉSENTIEL

AFIN DE POUVOIR VOUS RECEVOIR EN TOUTE SÉCURITÉ, EN RESPECTANT LES GESTES BARRIÈRES ET AUTRES RECOMMANDATIONS SANITAIRES, IL EST IMPÉRATIF DE PRENDRE RENDEZ-VOUS ET DE PRÉVOIR VOTRE MASQUE !

Pour ceux qui ne peuvent pas venir jusqu'à nous, l'accompagnement à distance se poursuit.

6 OCTOBRE, JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS !!

L'ÉQUIPE DES PLATEFORMES DELTA7 VOUS PROPOSE :

A l'occasion de la 11^e Journée Nationale des Aidants le 6 octobre, nous vous préparons un après-midi d'ateliers-conférence dématérialisés autour de la notion de répit en temps de crise sanitaire.

Seront notamment abordées les thématiques suivantes : quels sont les bénéfices d'un accompagnement psychologique ? Pourquoi s'autoriser à prendre du répit ? Comment trouver du répit en temps de crise ?...

Éléments de réponses via des témoignages d'aidants et des interventions de professionnelles. En fin de journée, coup de projecteur sur une activité que nous vous avons proposé pendant le confinement et plébiscitée par beaucoup d'entre vous : la méditation pleine conscience.

Rendez-vous le mardi 6 octobre à partir de 15h sur le canal Delta7 !!

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès de Fanny PERRET au 06 52 79 18 61 ou fperret@delta7.org

EN PLACE AVEC NOS PARTENAIRES :

Le vendredi 2 octobre, à partir de 9h30, AG2R LA MONDIALE vous invite à une session spéciale du «Cercle Web des aidants». La matinée sera dédiée aux proches aidants de personnes en perte d'autonomie ou présentant des pathologies neuro-évolutives avec de nombreuses associations et structures à connaître. L'après-midi sera dédié aux proches aidants de personnes présentant des difficultés motrices, maladies orphelines, handicap psychique, spectre autistique, etc.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès de Luis Esparza : luis.esparza@ag2rlamondiale.fr

RETROUVEZ TOUS LES ÉVÈNEMENTS PROCHES DE CHEZ VOUS ==>ICI <==

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

* Plateforme Delta7
Val-de-Marne Ouest

PLATEFORME DELTA 7 - VAL-DE-MARNE OUEST

CONTACT : 06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org | Sur rendez-vous
6, rue du Colonel Marchand - 94800 Villejuif | www.delta7.org

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France



➤ RENDEZ-VOUS CULTUREL POUR VOUS ET VOTRE PROCHE

Les mardis 13 et 27 octobre à 14h30, l'association vous propose une visite à thème, avec un guide du Musée d'Orsay (en partenariat avec le musée de l'Orangerie). Confortablement installés chez vous, via l'application de visio-conférence Zoom, vous pourrez échanger de vive voix avec le groupe et le guide !

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès de Charlotte SAUZÉAT (07 63 74 69 48).

➤ PETITE MISE EN APPÉTIT :

Nous réfléchissons à vous proposer en novembre un concept de cours de cuisine, chez soi mais ensemble ! L'idée : avoir une liste d'ingrédients à avoir pour le rendez-vous défini avec l'application Zoom et se laisser guider dans la préparation par Gilbert, notre référent nutrition.

Alors, on tente ??!

Contactez Fanny si l'idée vous séduit, on s'y met ! (06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org)

➤ POUR CONTINUER DE PRENDRE SOIN DE VOUS :

Nous étudions la possibilité de reprise de la sophrologie en groupe dans les locaux de la plateforme. En attendant, des solutions individualisées peuvent vous être proposées. Contactez la psychologue Elodie Frayssinet, 07 66 02 29 49 afin d'être orienté au mieux. Et bonne nouvelle : **La méditation pleine conscience avec Olivia se poursuit !!**

Rdv Zoom, chaque semaine les mardi et jeudi de 18h à 18h30 pour 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...

INFOS ET INSCRIPTIONS auprès d'Olivia : 07 67 15 71 26 ou meditation.live@delta7.org

➤ Pour faire un test Zoom, n'hésitez pas à contacter Fanny au 06 52 79 18 61

LA PLATEFORME. POUR QUI ? POUR QUOI ?

Dispositif du plan Alzheimer 2008-2012, la Plateforme d'accompagnement est dédiée aux aidants d'une personne âgée en perte d'autonomie ou d'une personne atteinte d'une maladie neuro-évolutive. Elle a pour mission de vous apporter soutien et répit avec des propositions proches de votre domicile.

Élodie Frayssinet, psychologue et Fanny Perret, coordinatrice de la Plateforme, sont à votre écoute pour répondre à vos interrogations, vos difficultés, comprendre la situation que vous vivez et guider vos recherches d'aides. Par le soutien psychologique et social proposé, la Plateforme vous accompagne selon votre demande et vos besoins, tout au long de la maladie de votre proche.

Ce dispositif gratuit vous accueille si vous-même ou votre proche habitez les villes suivantes : Ablon-sur-Seine, Arcueil, Cachan, Chevilly-Larue, Choisy-le-Roi, Fresnes, Gentilly, Ivry-sur-Seine, Kremlin-Bicêtre, L'Haÿ-les-Roses, Orly, Rungis, Thiais, Villeneuve-le-Roi, Villejuif et Vitry-sur-Seine.

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

* Plateforme **Delta7**
Val-de-Marne Ouest

PLATEFORME DELTA 7 - VAL-DE-MARNE OUEST

CONTACT : 06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org | Sur rendez-vous
6, rue du Colonel Marchand - 94800 Villejuif | www.delta7.org

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France