



## LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

AVRIL 2021

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

\* Plateforme Delta7  
Val-de-Marne Ouest



NOUVEAU

### "NOS FLÂNERIES, DE TOIT EN TOIT"

Charlotte et Fanny vous proposent d'échanger chaque mois sur un thème d'activités : 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 ?

Ce mois-ci pour la 3ème rencontre, place à l'univers littéraire ! Nous chercherons ensemble des moyens concrets de le conserver ou l'introduire chez soi et/ou avec autrui.

**Rendez-vous le vendredi 30 avril de 16h à 17h30.**

Contactez Fanny Perret pour vous inscrire : 06 52 79 18 61 ou [par94@delta7.org](mailto:par94@delta7.org)

## ET EN ATTENDANT DE FLÂNER ?

### L'ÉMISSION WEB TV DÉDIÉE AUX AIDANTS



La prochaine émission «Si je dis.. Aidant ?» aura lieu le jeudi 15 avril à 16h et donnera la parole à Madame Moury, aidante dont l'époux souffre de séquelles d'un AVC depuis plusieurs années. Rdv sur [www.canaldelta7.org](http://www.canaldelta7.org) !

**N'hésitez pas à nous proposer des idées ou soumettre vos projets par mail à : [aidant@delta7.org](mailto:aidant@delta7.org).**

### PROCHAIN «PAROLES LIBRES» LE 27 AVRIL

**Mardi 27 avril après-midi**, la psychologue de la plateforme vous propose d'échanger ensemble *des paroles libres* sur le thème suivant : La régénération. Hommage au printemps !

Contactez d'Elodie Frayssinet au 07 66 02 29 49 ou par mail: [efrayssinet@delta7.org](mailto:efrayssinet@delta7.org)

### POURSUITE DES PROGRAMMES DE CULTURE & HÔPITAL

L'équipe anime chaque mois des retrouvailles autour d'un thème ou propose des créations. Programme disponible auprès de **Charlotte SAUZÉAT : 07 63 74 69 48.**

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](mailto:par94@delta7.org) | Sur rendez-vous  
6, rue du Colonel Marchand - 94800 Villejuif | [www.delta7.org](http://www.delta7.org)

ars  
Agence Régionale de Santé  
Île-de-France



## ➤ LE VENDREDI 23 AVRIL, PLACE À LA SOCIO-ESTHÉTIQUE



**Et oui on ose, en ces temps de gestes barrières et de privation de lien social, vous parler de TOUCHER ! Car la socio-esthétique, c'est ça : un soin basé sur le toucher bienveillant.**

- Nous vous proposons un soin individuel (dans les locaux de la plateforme) pour vous aidants, sur des créneaux précis à réserver auprès de Fanny (par94@delta7.org - 06 52 79 18 61)
- Un atelier collectif pour apprendre à aider son proche à valoriser et maintenir son image et son estime de soi grâce à des conseils simples à appliquer chaque jour.

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS auprès de Fanny et questions à l'intervenante en amont si vous souhaitez.**

## ➤ LES RENDEZ-VOUS HEBDO POUR SE RELAXER :

**La méditation pleine conscience avec Olivia :**

Rdv Zoom, chaque semaine les mardis et jeudis à 18h.

**INFOS ET INSCRIPTIONS auprès d'Olivia : 07 67 15 71 26 ou [meditation.live@delta7.org](mailto: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 : 06 52 79 18 61 ou [par94@delta7.org](mailto: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 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 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 15 avril auprès de Margot Thery (07 64 26 14 08 /[mthery@delta7.org](mailto:mthery@delta7.org))**

## 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](mailto:par94@delta7.org) | Sur rendez-vous  
6, rue du Colonel Marchand - 94800 Villejuif | [www.delta7.org](http://www.delta7.org)

ars  
Agence Régionale de Santé  
Île-de-France