

# AIDANT

## LETTRE D'INFORMATIONS

**WEBINAIRE SUR LE THÈME : "QUE CHOISIR POUR UN PROCHE QUAND LE DOMICILE N'EST PLUS POSSIBLE ?"**

**EN VISIO, le jeudi 15 Mai de 11h30 à 13h**



Nous vous proposons au travers d'une présentation conjointe avec notre Partenaire "Aveni", d'évoquer les modalités d'identification, de fonctionnement et de financement des Ehpad et des Habitats Partagés. Nous aborderons également les atouts et limites de ces deux types de lieux de vie. Si vous êtes intéressés par cette thématique, merci de CLIQUER SUR "[CE LIEN](#)". Vous recevrez dans un second temps le lien pour accéder à la visio conférence.

**CELLULE D'APPUI, PETIT GROUPE D'ÉCHANGES "PRATICO PRATIQUE" DANS LE BUT D'AMÉLIORER LA VIE QUOTIDIENNE AVEC SON PROCHE EN VISIO,**

**Le Mardi 20 Mai de 11h00 à 12h30**

**Le thème qui sera abordé ce mois-ci : "Mon proche est anxieux, que faire ?"**

Nous aborderons les moyens d'apaiser au mieux votre proche au quotidien.

Merci de spécifier vos difficultés et /questions sur ce sujet lors de votre demande d'inscription auprès de : [par92@delta7.org](mailto:par92@delta7.org)



**ATELIERS "CONNECT'AIDANT" : GROUPE D'ÉCHANGES PAR TELEPHONE**

**Le Lundi 12 Mai de 16h à 17h**

**Le sujet qui sera évoqué : "Comment préparer les vacances ?"**

La participation est soumise à inscription à : [fperret@delta7.org](mailto:fperret@delta7.org)

**Le Jeudi 22 Mai de 13h à 14h**

**Le sujet qui sera évoqué : "Tension, conflit, comment les gérer ?"**

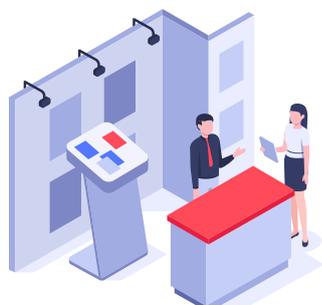
La participation est soumise à inscription à : [jbrachetvelu@delta7.org](mailto:jbrachetvelu@delta7.org)



**L'ÉQUIPE DE LA PLATEFORME TIENDRA UN STAND AU FORUM DES SENIORS DU 17ÈME !**

**Le mardi 13 Mai de 14h à 17h**

Venez nombreux!



MAI 2025

**ATELIERS PSYCHO CORPORELS EN PRESENTIEL**

**DE 17H À 18H30 , PARIS 17ÈME**

**ATELIER DE DOIN-YOGA "ABORDER LE PRINTEMPS EN PLEINE FORME!"**

**Cycle de 2 séances : le Mardi 6 Mai et le Mardi 17 juin**

Le Do In est un art énergétique japonais, dérivé du shiatsu, basé sur les principes de l'équilibre universel du Tao et de la médecine traditionnelle chinoise. Une séance de Do In associe des automassages, des étirements doux et des exercices de respiration qui permettent d'harmoniser la circulation de l'énergie dans tout le corps.

INSCRIPTION auprès de Louise Gruel : [lgruel@delta7.org](mailto:lgruel@delta7.org)



**ATELIER DE SOPHROLOGIE "PENSER SANS SE PERDRE"**

**Cycle de 2 séances : Le Mardi 20 Mai et le Mardi 3 Juin**

Être aidant, c'est penser pour deux. Au quotidien, le risque est grand de se perdre. Le mental s'agite, anticipe, ressasse pour maîtriser, ce qui en réalité, est difficilement maîtrisable : la maladie et son proche. Cet atelier vous propose sur deux séances, de reconsidérer votre rapport aux pensées, pour celles qui tournent en boucle et vous enferment. À la clé, une manière originale d'acquérir le mode d'emploi du cerveau et une pratique en groupe pour apprendre à débrancher l'agitation mentale chronique.

INSCRIPTION auprès de Louise Gruel : [lgruel@delta7.org](mailto:lgruel@delta7.org)

**GROUPE DE PAROLE : "COMMENT FAIRE AVEC L'ÉVOLUTION DE LA SEXUALITÉ DE MON PROCHE MALADE ?", EN VISIO**

**Le jeudi 5 juin de 12h30 à 13H30**

Dans ce groupe de parole, nous aborderons les thèmes suivants :

- Les changements dans la sexualité liés à la maladie
- Un espace de réflexion sur ses proposes limites.



**Ce groupe est dédié exclusivement aux aidants s'occupant de leur conjoint.**

INSCRIPTION auprès de Louise Gruel : [lgruel@delta7.org](mailto:lgruel@delta7.org)



**RENCONTRONS-NOUS!**

**(PRISE DE RENDEZ VOUS AU PREALABLE)**

Accompagnement personnalisé

Soutien social

Soutien psychologique

5 rue firmin Gémier

75018 Paris

Accueil sur RDV

La Plateforme d'accompagnement est dédiée aux aidants de personnes âgées désorientées, en perte d'autonomie et personnes en situation de handicap ou maladies chroniques vivant au domicile.

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 :

↳ Charlotte Sauzéat , coordinatrice de la Plateforme (07 63 74 69 48 ou [csauzeat@delta7.org](mailto:csauzeat@delta7.org))

↳ Louise Gruel, psychologue (06 52 98 36 00 ou [lgruel@delta7.org](mailto:lgruel@delta7.org))