

JANVIER 2025

AIDANTS

LETTRE D'INFORMATION

POUR LES COMMUNES D'ABLON-SUR-SEINE, ARCUEIL, CACHAN, CHEVILLY-LARUE, CHOISY-LE-ROI, FRESNES, GENTILLY, IVRY-SUR-SEINE, KREMLIN-BICÊTRE, L'HAY-LES-ROSES, ORLY, RUNGIS, THIAIS, VILLENEUVE-LE-ROI, VILLEJUIF ET VITRY-SUR-SEINE.

**TOUTE L'ÉQUIPE DE LA
PLATEFORME VOUS
SOUSHAITE UNE BELLE
ANNÉE 2025 !!**



GROUPE DE RÉFLEXION SUR L'ANOSOGNOSIE ET DÉNI DES TROUBLES COGNITIFS DE VOTRE PROCHE

Il s'agit d'un temps d'échange et d'informations autour de problématiques liées à la conscience des troubles de votre proche. Nous échangerons autour de différentes stratégies à mettre en place dans le cas d'un trouble de conscience de la maladie et des différents conflits qui peuvent résulter dans les relations aidants-aidés.

Rendez-vous en visio le mardi 28 janvier de 11h à 12h30.

Inscription auprès d'Elise Teixeira : eteixeira@delta7.org / 07 66 02 29 49

CAFÉ DES AIDANTS

La Plateforme vous propose des groupes de parole pour bénéficier d'un lieu, d'un temps et d'un espace d'informations et d'échanges entre aidants.

Prochains dates et thèmes :

13 janvier :

Comment gérer la santé de mon proche ?

17 février :

Que faire des conseils déplacés de l'entourage ?



Villejuif : Un lundi par mois de 18h à 19h30 "Au Bureau", 42 bd Maxime Gorki.

A noter : café des aidants d'Arcueil en suspens.

Information et inscription:

par94@delta7.org ou 06 52 79 18 61

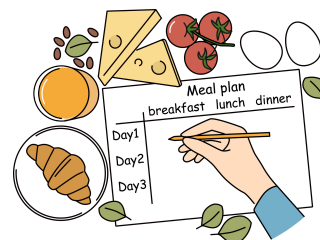


ATELIER CUISINE LES INSATIABLES

Afin de vous aider pour l'organisation en cuisine, les courses, le manger-main, les troubles de la déglutition, les régimes spéciaux et faire que le repas reste un moment convivial, de partage et de plaisir, nous vous proposons le final du cycle de cuisine et de dégustation !

Atelier en présentiel au 6 rue du colonel marchand à Villejuif.

**Jeudi 9 janvier
de 16h30 à 19h**



CELLULE D'APPUI SUR LES ACTES DE LA VIE QUOTIDIENNE

Ce mois-ci nous allons aborder les temps de repas qui deviendraient difficile avec votre proche.

Envoyez-nous vos questionnements par mail afin de structurer l'échange. Votre inscription sera confirmée dans un second temps.

**Visio, jeudi 30 janvier
de 11h à 12h30**

INSCRIPTIONS auprès de Fanny Perret (06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org)

JANVIER 2025



LES GROUPES D'ÉCHANGE PAR TÉLÉPHONE

Ces ateliers nommés Connect'aidants ont été imaginés par l'association Avec Nos Proches. Prochain thème : Les limites du maintien à domicile. **Rendez-vous jeudi 9 janvier de 14h à 15h avec Juliette, puis le jeudi 23 janvier de 11h à 12h, "Aider par amour ou par devoir ?" avec Marie.**

Inscription au 06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org

ATELIERS DE RELAXATION EN VISIO

Nous vous proposons un atelier qui allie respiration et relaxation pour se libérer des tensions du quotidien (stress, fatigue physique et morale, douleurs musculaires)

Rendez-vous en visio le jeudi 9 janvier puis le jeudi 6 février de 18h à 19h.

INSCRIPTION auprès de Juliette Brachet (07 64 50 90 73 ou jbrachetvelu@delta7.org)



WEBINAIRE SUR LES MESURES DE PROTECTIONS JURIDIQUES

Avec notre partenaire AT92, nous vous proposons un webinaire d'information sur les mesures de protections juridiques, tutelle, curatelle, habilitation familiale, etc. A quoi servent-elles, quelles sont les obligations des mandataires ? Posez-nous vos questions par mail en amont afin qu'elles soient intégrées à la présentation.

Rendez-vous du jeudi 13 février de 17h30 à 19h.

Inscription : [en CLIQUANT ICI](#)



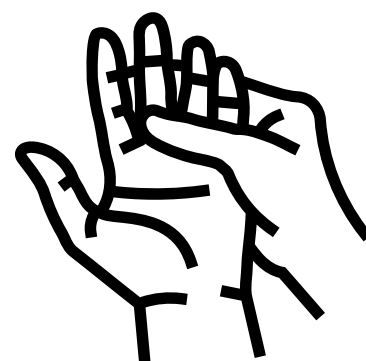
CYCLE POUR LES AIDANTS AYANT LEUR PROCHE EN EHPAD

Il est souvent difficile de voir son proche quitter son domicile pour entrer en résidence médicalisée.

Venez partager votre vécu avec d'autres aidants et des professionnels de santé pour vous aider à appréhender cette nouvelle façon d'accompagner votre proche

RENDEZ-VOUS EN VISIO LES MARDIS DE 12H À 14 H LE 7 ET 28 JANVIER, 04 ET 11 FÉVRIER, 04 ET 11 MARS 2025

INSCRIPTION AUPRÈS DE LA PSYCHOLOGUE JULIETTE BRACHET : 07 64 50 90 73 ET JBRACHETVELU@DELTA7.ORG



SHIATSU EN GROUPE ET AUTO-MASSAGES

Jeudi 16 janvier de 14h30 à 16h, Maria-Luisa et Dominique vous guideront sur une série de mouvements à reproduire chez soi pour vous ou votre proche. Cette séance est réservée aux aidants seuls

Par Rendez-vous le jeudi 16 janvier de 14h30 à 16h dans les locaux de la plateforme.

Inscription auprès de Fanny

La Plateforme d'accompagnement est dédiée aux aidants de personnes âgées désorientées, en perte d'autonomie et personnes en situation de handicap ou maladie 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 :



Fanny Perret, coordinatrice de la plateforme (06 52 79 18 61 / fperret@delta7.org)

Elise Teixeira, psychologue (07 66 02 29 49 / eteixeira@delta7.org)

Juliette Brachet-Velu, psychologue (07 64 50 90 73 / jbrachetvelu@delta7.org)