

JUIN 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.

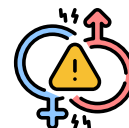


MASSAGES SHIATSU

Rendez-vous dans les locaux de la plateforme un vendredi sur 2.

Inscription obligatoire auprès de Fanny : par94@delta7.org

COMMENT FAIRE AVEC L'ÉVOLUTION DE LA SEXUALITÉ DE MON PROCHE MALADE ?



Vous êtes aidant d'un proche atteint d'une maladie neurocognitive, et vous vous posez des questions sur l'évolution de sa sexualité ? Il vous est difficile de trouver un espace pour en parler ? Vous cherchez du soutien pour gérer cette dimension de votre relation ? Vous vous demandez comment mieux le vivre ? 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 propres limites.

Ce groupe de parole en VISIO se déroulera le 5 juin de 12h30 à 13h30. Il est dédié exclusivement aux aidants s'occupant de leur conjoint. Inscription auprès de Louise Gruel, lgruel@delta7.org ou 06 52 98 36 00

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.

Prochaine date et thème :

23 juin :

Comment accepter les changements chez mon proche ?

 Villejuif : Un lundi par mois de 18h à 19h30 dans les locaux de la plateforme.

Information et inscription:

par94@delta7.org ou 06 52 79 18 61



A noter : café d'Arcueil en suspens.



GROUPES D'ÉCHANGE PAR TÉLÉPHONE

Ces ateliers, simples, sans se déplacer et sans ordinateur nommés Connect'aidants ont été imaginés et sont co-animés avec un bénévole de l'association Avec Nos Proches.

- **Comment conserver un lien de qualité ?**

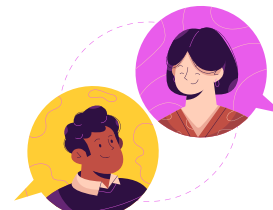
Rv jeudi 5 juin de 12h à 13h.

Inscription auprès de Natacha ndelatour@delta7.org

- **Être aidant et se découvrir des qualités.**

Rendez-vous le jeudi 26 juin de 15h à 16h avec Marie.

Inscription : par92@delta7.org



CELLULE D'APPUI SUR LES ACTES DE LA VIE QUOTIDIENNE

Le thème qui sera abordé ce mois-ci sera lié à l'anxiété du proche aidé.

Comment se manifeste-t-elle ?

Quelles sont les ressources possibles de ré-assurance ?

Envoyez-nous vos témoignages en amont à par94@delta7.org, votre inscription sera validée dans un second temps.

**Visio, mardi 3 juin
de 11h à 12h30**

JUIN 2025



ATELIERS DE MÉDITATION EN VISIO

Vous souhaitez découvrir la méditation de Pleine Conscience ? Maintenir une pratique individuelle, partager une pratique en groupe dans un cadre bienveillant ?

Prochains rendez-vous mercredis 4 juin et 2 juillet de 18h à 19h avec Olivia.

Inscription auprès d'Olivia de Groc au 07 66 02 29 49 ou odegroc@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 mardi 17 juin et 15 juillet de 18h à 19h.

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



WEBINAIRE REGARDS CROISÉS HUMANITUDE ET MÉTHODE MONTESSORI ADAPTÉE

Nous vous invitons à une rencontre animée par Marie Benoit la coordinatrice de la plateforme Delta7 des Hauts-de-Seine et Juliette Brachet, psychologue au sein du pôle aidant afin d'aborder la relation d'aide avec un double éclairage : la méthode Montessori adaptée et la philosophie Humanitude avec une personne souffrante de maladie neuro-évolutive. Nous y aborderons des questions concernant la communication et les activités de la vie quotidienne.

Rendez-vous en distanciel, le mardi 24 juin de 15h à 17h.

Pour vous inscrire, [cliquez ICI](#)



CELLULE D'APPUI SUR L'APATHIE DU PROCHE

Pour la seconde cellule d'appui du mois, nous vous proposons d'évoquer l'apathie et le manque d'initiative de votre proche qui peut être difficile à vivre. Pour vous inscrire, illustrez la manière dont cette problématique vous touche par mail à Marie Benoit : par92@delta7.org
Votre inscription sera confirmée dans un second temps.
Rendez-vous le mardi 19 juin de 11h à 12h30.



CAFÉ GOURMAND POUR CLORE L'ANNÉE

Afin de clore l'année, vous êtes cordialement invités à venir partager un café gourmand. Amenez votre spécialité gourmande (ou pas!).

Rendez-vous le lundi 30 juin à partir de 14h, dans les locaux de la plateforme ou le jardin nous l'espérons !

Pensez à vous inscrire auprès de Fanny en précisant si vous pouvez amener quelque chose : par94@delta7.org / 06 52 79 18 61

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 (06 52 79 18 61 / fperret@delta7.org)

Olivia de Groc, psychologue (07 66 02 29 49 / odegroc@delta7.org)

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