

SEPTEMBRE 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

WEBINAIRE SUR L'EMPLOI DIRECT, QUELS ENJEUX POUR L'AIDANT ET SON PROCHE ?



La mise en place d'un professionnel à domicile, pour soutenir son proche en perte d'autonomie, incombe principalement à l'aidant. Parmi les modalités possibles, le choix de l'emploi direct permet au proche aidé de devenir "particulier employeur" du professionnel. À ce titre, il est engagé ainsi que son aidant dans un accompagnement leur apportant des bénéfices mais nécessitant une connaissance du cadre légal..

Rendez-vous en VISIO le jeudi 25 septembre de 12h30 à 14h.
Nous recensons les personnes qui souhaitent participer via CE LIEN Internet.

Vous recevrez le lien de connexion de notre partenaire France Emploi Domicile dans un second temps. Merci pour votre compréhension.

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.

Prochain thème :

Comment décompresser sans culpabiliser ?



Villejuif : Un lundi par mois de 18h à 19h30 dans les locaux de la plateforme.
Rendez-vous lundi 22 septembre.

Reprise des rendez-vous à Arcueil !!

Mardi 23 septembre de 15h à 16h30, brasserie "Au Bureau", 3 place de la vache noire.



Information et inscription :

par94@delta7.org ou 06 52 79 18 61

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 accompagner à distance ?**

Jeudi 4 septembre de 15h à 16h.

Inscription auprès de Juliette jbrachet@delta7.org

- **Comment se préserver ?**

Rendez-vous le lundi 22 septembre de 12h à 13h avec Natacha.

Inscription : par94@delta7.org

CELLULE D'APPUI SUR LES ACTES DE LA VIE QUOTIDIENNE

Le thème qui sera abordé ce mois-ci sera " Mon proche peut parfois être agressif et violent. Comment puis-je gérer cette situation ?"
Envoyez-nous vos témoignages qui serviront de base à l'échange en amont à par94@delta7.org.
Votre inscription sera validée dans un second temps.

Visio, jeudi 11 septembre de 11h à 12h30



ATELIERS DE QI GONG EN VISIO DE 18H À 19H

Le qi gong est une gymnastique traditionnelle chinoise qui allie la respiration, la maîtrise du souffle et qui associe mouvements lents, des exercices respiratoires et une certaine concentration. **Prochains rendez-vous mercredi 10 septembre puis mardi 28 octobre.** Inscription auprès de Fanny Perret à 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 mardi 23 septembre puis 14 octobre de 18h à 19h.

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



6 OCTOBRE, JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS

ATELIER À MÉDIATION LE 6 OCTOBRE À 14H À VILLEJUIF

Réservez votre 6 octobre après-midi pour un atelier créatif et ludique visant à encourager l'expression des ressentis liés au rôle d'aidant. Nous serons guidés par Marie Marquis, art-thérapeute.

Rendez-vous de 14h à 17h, salle de la géothermie, 21A rue Jean-Baptiste Baudin à Villejuif.

Inscription auprès de Fanny : 06 52 79 18 61 / par94@delta7.org



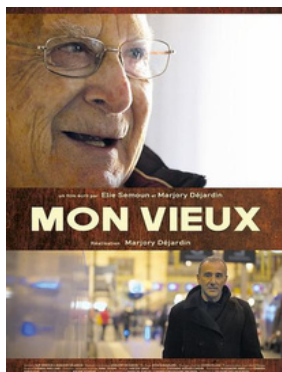
SALON DES AIDANTS À CRÉTEIL LE 10 OCTOBRE

Venez visiter notre stand et découvrir de nombreux partenaires à l'occasion du salon des aidants à la maison du handball de Créteil.

Rendez-vous le vendredi 10 octobre de 10h à 17h, 1 rue Daniel Costantini à Créteil



CINÉ-DÉBAT LE 6 OCTOBRE À 19H À THIAIS



Nous co-animerons avec la ville de Thiais un ciné-débat à la suite de la projection du film "Mon vieux", qui présente Elie Semoun et sa soeur face à la maladie de leur père. Entrée gratuite, rendez-vous à 19h au café-théâtre, 98 avenue de Versailles à Thiais.

Inscription : ccas@ville-thiais.fr ou 01 48 92 42 81 / 42 86.

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)

Coline Windal, psychologue (07 66 02 29 49 / cwindal@delta7.org)

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