



LA LETTRE D'INFO POUR LES AIDANTS

JUILLET 2020

SOUTIEN POUR LES AIDANTS

* Plateforme Delta7
Val-de-Marne Ouest

REPRISE PROGRESSIVE DES RENCONTRES EN PRÉSENTIEL

Afin de pouvoir vous accueillir en toute sécurité, en respectant les gestes barrières et autres recommandations sanitaires, il est impératif de prendre rendez-vous et de prévoir votre masque !
L'accompagnement à distance se poursuit et nous nous relayons pour être présentes et joignables tout l'été.

IL EST SORTI, LE PLAIDOYER 2020 DU COLLECTIF JE T'AIDE SUR LE RÉPIT

C'est le thème choisi pour cette année : 24h/24, 7j/7, 365j/an : Quel répit pour les aidant.e.s ?
Pour la lecture, c'est ici que ça se passe:

<https://www.associationjetaide.org/plaidoyer-2020-24h-24-7j-7-365j-an-quel-repit-pour-les-aidant-e-s/>

LES ATELIERS DÉMATÉRIALISÉS SE POURSUIVENT !

LES ATELIERS DE CHARLOTTE POUR VOUS ET VOTRE PROCHE

Cette activité est l'occasion de se retrouver autour de la découverte d'un thème à chaque fois différent et « d'y mettre son grain de sel » ! **Petite nouveauté ; les thèmes de ce mois de juillet auront comme but particulier de susciter des envies de sorties ou de balades après cet été !**
Le contenu de l'activité sera toujours mixte ; il alternera des temps d'échanges de points de vue et des invitations à partager votre expérience.

Trois ateliers sont proposés, le vendredi 17, le jeudi 23 et le jeudi 30 juillet à 16h.
Inscriptions auprès de Charlotte Sauzéat : 07 63 74 69 48 ou csauzeat@delta7.org

PRENDRE UN TEMPS POUR SOI : la gestion du stress.

Le stress peut parfois nous submerger et avoir des conséquences sur notre santé. Quels sont les mécanismes du stress ? Comment identifier les signes d'alerte et trouver des solutions pour mieux gérer son stress ?

le Comité Départemental d'Éducation pour la Santé (CODES 93), association de promotion de la santé tente de nous apporter des réponses le vendredi 17 juillet de 14h30 à 15h30.

Pour vous inscrire, contactez Fanny Perret : 06 52 79 18 61 ou par94@delta7.org

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 | Sur rendez-vous
6, rue du colonel Marchand - 94800 Villejuif | www.delta7.org

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France



Des vacances en Touraine avec votre proche ?

Le séjour en Touraine initialement prévu au mois d'avril est reporté en novembre prochain. Pour rappel, il s'agit d'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 13 au vendredi 20 novembre 2020, pour un tarif de 300 € par couple (hors transport et sous conditions).

Renseignements et pré-inscriptions avant le 14 août ! Contactez Charlotte Sauzéat, référente des activités au 07 63 74 69 48 ou csauzeat@delta7.org

NOS PRÉVISIONS POUR LA RENTRÉE

=> Nouvelles rencontres «*Paroles libres*» :

Crise du COVID19 et relation d'aide : quels vécus pour les aidants et leur proche malade ?

La psychologue de la plateforme propose en septembre un cycle de rencontres pour échanger entre pairs aidants autour de la crise du COVID19 et de la situation de confinement.

La crise du COVID19 a impacté de manière particulière les aidants et leur proche malade. La perte des repères et l'arrêt temporaire des prises en charges médico-sociales (accueils de jour, services d'aide à domicile..) ont bouleversé le quotidien du maintien à domicile et souvent privé l'aidant du répit nécessaire pour reprendre son souffle.

Afin de surmonter la crise et ses conséquences individuelles, revenir sur ce qu'il s'est passé est essentiel, pour prendre du recul et continuer d'avancer.

Inscriptions auprès d'Elodie Frayssinet, 07 66 02 29 49 ou efrayssinet@delta7.org

=> Reprise du cycle de **sophrologie** car ces temps de détente et de répit sont indispensables ! Nous recherchons actuellement des locaux compatibles avec les règles sanitaires en vigueur, respect des distanciations, aération, etc. Des nouvelles dans la prochaine newsletter !

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 | Sur rendez-vous
6, rue du Colonel Marchand - 94800 Villejuif | www.delta7.org

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France