

AU GAS PAR GAS  
SOUTENIR &  
ACCOMPAGNER

l'équipe  
de **la Plateforme  
des Aidants**  
est à votre écoute

**01 41 22 57 51**

du lundi au vendredi, de 9h à 17h

**plateformeaidants@lesabondances.fr**

LOÏC MARAIS  
Infirmier coordinateur

CAPUCINE GÈZE  
Psychologue clinicienne

## NOUS CONTACTER

L'infirmier coordinateur & la Psychologue clinicienne  
sont joignables du lundi au vendredi de 9h à 17h.

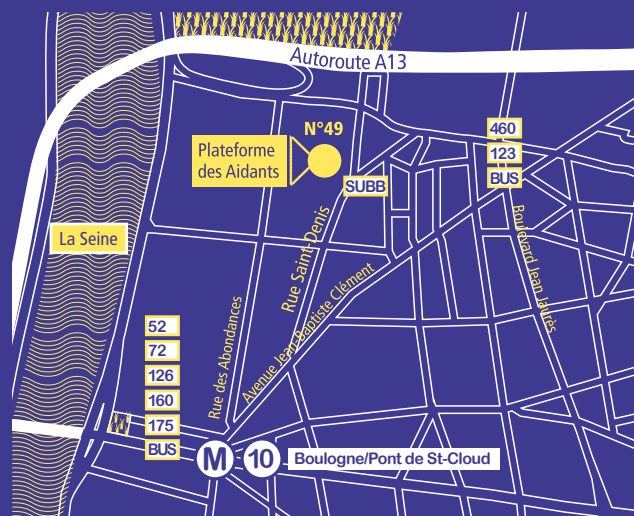
Téléphone : 01 41 22 57 51

Mail : [plateformeaidants@lesabondances.fr](mailto:plateformeaidants@lesabondances.fr)

## VENIR NOUS RENCONTRER

**La Plateforme des Aidants  
Les Abondances**

49 rue Saint-Denis 92100 Boulogne Billancourt



### Voiture

Périphériques intérieur et extérieur : Sortie Porte d'Auteuil

### Bus

Lignes 52, 72, 126, 160, 175 : Station Rhin et Danube

Lignes 123 et 460 : Station Eglise de Boulogne

SUBB de Boulogne : Arrêt Dispensaire (43 rue Saint-Denis)

### Tramway

T2 Val de Seine : Arrêt Parc de Saint-Cloud

### Métro

Ligne 10 : Station Boulogne - Pont de Saint-Cloud

Design : [ideleone.com](http://ideleone.com)

**Les Abondances**  
Centre de Gériatrie  
Établissement Public de Santé

ET CE TRIMESTRE ?  
**Janvier à Mars 2019**  
à la  
**Plateforme  
des Aidants\***

**01 41 22 57 51**

**Boulogne-Billancourt**

**Chaville**

**Garches**

**Marnes-la-Coquette**

**Saint-Cloud**

**Sèvres**

**Vaucresson**

**Ville d'Avray**

**Les Abondances**  
Centre de Gériatrie  
Établissement Public de Santé

\*

**L'Aidant est un terme employé pour toute  
personne qui aide, à domicile, un proche atteint  
de Troubles de la mémoire, de la maladie  
d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.**

## SE LIBÉRER DU TEMPS

### Forfait « Temps Libéré »

Remplacement de l'aidant au domicile par une auxiliaire de vie.

Relais d'une durée de 18h par année civile (renouvelable les années suivantes).

#### Tarifs

Lundi au samedi de 8h à 20h : **6€/heure**

Lundi au samedi de 20h à minuit : **8€/heure**

Dimanche de 8h à minuit : **10€/heure**

Jours fériés de 8h à minuit : **15€/heure**

### Accueil de nuit

Accueil de nuit ponctuel et individuel pour votre proche dans un espace adapté et spécialement aménagé au sein du centre de gérontologie les Abondances. Pour plus de renseignements, veuillez contacter la Plateforme des Aidants ou **Françoise Meheust** au **01 41 22 56 41**

## À VOTRE ÉCOUTE

Capucine Gèze, *psychologue clinicienne*

de la Plateforme des aidants vous reçoit sur rendez-vous au CLIC Gérico de **Saint Cloud** et à la Plateforme des aidants de **Boulogne**

Entretiens confidentiels et gratuits

Ecoute et non-jugement / Accompagnement des événements de vie et dans vos prises de décisions / Espace de réflexion pour soi / Aide dans les interactions avec votre proche malade (médiation familiale)

Entretiens à domicile en cas d'impossibilité de déplacement

## ACTIVITÉS QUI VOUS SONT DEDIEES

### Groupe de parole

RENGONTRÉ ENTRE AIDANTS

Venez écouter et partager vos expériences avec d'autres aidants, autour d'un café. Prochaines séances :

**Boulogne-Billancourt** : de **10h30 à 12h**

49 rue Saint-Denis 92100 Boulogne-Billancourt (Salle d'animation de l'EHPAD du centre de gérontologie les Abondances)

**14 janvier / 18 février / 11 Mars**

**Saint-Cloud** : **Jeudi 24 janvier** de **10h30 à 12h**

38/40 boulevard de la République 92210 Saint-Cloud (CLIC Gérico)

**24 janvier / 21 février / 28 Mars**

**Sèvres** : **Jeudi 10 janvier** de **10h30 à 12h**

64, rue des Binelles 92310 Sèvres (Maison de la famille)

**10 janvier / 14 février / 14 Mars**

### Sophrologie

Cycles de **12 séances** de sophrologies animées par Céline Zagury (sophrologue) à **Boulogne** et à **Sèvres** (**108€ par cycle**)

**Boulogne (centre de gérontologie les Abondances) :**

- Séances **les vendredis** de **17h30 à 18h30** du 11 janvier au 5 avril
- Séance **découverte** le **9 janvier** de **17h30 à 18h30**

**Sèvres (résidence Jean-Rostand) :**

- Séances **les jeudis** de **14h30 à 15h30** du 10 janvier au 4 avril
- Séance **découverte** le **8 janvier** de **14h30 à 15h30**

### Atelier d'expression théâtrale

Les **mardis** de **10h à 12h30**



## POUR VOTRE PROCHE

### Visite au Musée avec Artz

Cycle de **4 visites d'un musée**, en groupe, adaptées aux personnes ayant la maladie d'Alzheimer ou apparentée. Un bénévole accompagne votre proche tout au long de la visite depuis le domicile. Inscription dans la limite des places disponibles.

## ACTIVITÉS À PARTAGER AVEC VOTRE PROCHE

### Atelier "Cuisinons ensemble"

L'atelier cuisinons ensemble vous propose de réaliser en groupe, en compagnie de votre proche, un plat facile que vous pourrez déguster chez vous. Prochain atelier : de **14h à 17h Samedi 19 Janvier / Samedi 16 février / Samedi 16 mars**  
Inscription auprès de la plateforme des aidants.  
(10€ par atelier pour chaque binôme)

## Au centre les Abondances

**Vous pouvez bénéficier d'activités proposées par l'équipe d'animation du centre de gérontologie les Abondances (chorale, concert, conférences,...).**

**Pour plus de renseignements et pour recevoir la programmation de ces activités, n'hésitez pas à nous contacter.**

**Pour participer, merci de vous inscrire en nous appelant au 01 41 22 57 51**