

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

YOHANN VASLIN
Infirmier coordinateur

MIRIA ULISSE
Psychologue clinicienne

NOUS CONTACTER

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

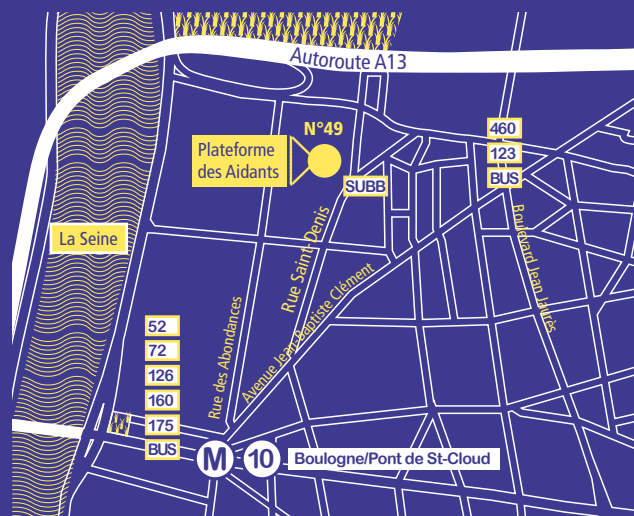
Téléphone : 01 41 22 57 51

Mail : plateformeaidants@lesabondances.fr

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 : idelene.com

Les Abondances
Centre de Gérontologie
Établissement Public de Santé

“ ET CE TRIMESTRE ?
à la **Plateforme
des Aidants***
01 41 22 57 51
Janvier à Mars 2020

INFORMATION

ÉCOUTE

SOUTIEN

Boulogne-Billancourt

Chaville

Garches

Marnes-la-Coquette

Saint-Cloud

Sèvres

Vaucresson

Ville d'Avray



Les Abondances
Centre de Gérontologie
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

Miria Ulisse, *psychologue clinicienne*

de la Plateforme des aidants vous reçoit sur rendez-vous au CLIC Gérico de **Saint Cloud**, à l'Espace Senior de **Sèvres** 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 (entretiens familiaux).

Entretiens à domicile en cas d'impossibilité de déplacement.

ACTIVITÉS QUI VOUS SONT DEDIEES

Groupes de parole

RENCONTRE ENTRE AIDANTS

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

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

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

9 janvier / 6 février / 12 mars

Saint-Cloud : de **10h30** à **12h**

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

8 janvier / 5 février / 11 mars

Sèvres : de **10h30** à **12h**

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

7 janvier / 28 janvier / 10 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**
- Séance découverte **mercredi 8 janvier** à **17h30**

Sèvres (résidence Jean-Rostand) :

- Séances **les jeudis** de **14h30** à **15h30**
- Séance découverte **mercredi 8 janvier** à **14h30**

Méditation pleine conscience

Cycle de **8 séances** animées par Sophie de Heulme (psychologue) à **Boulogne** et à **Garches**.

Une séance par mois proposée **le mercredi** de **17h** à **19h**

Cycles en cours



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 11 janvier** / **Samedi 22 février** / **Samedi 21 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 contacter la responsable de l'équipe d'animation au **01 41 22 46 44** ou sur **mlemoine@lesabondances.fr**

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