

TOUTE L'ANNÉE

- ❖ **Information, écoute, conseils** : à la Plateforme des aidants ou à domicile
 - ⇒ Pour être orienté vers les solutions de répit et de soutien possibles
- ❖ **Accompagnement par l'assistante sociale** : à la Plateforme des aidants ou à domicile
 - ⇒ Pour ouvrir les droits aux solutions de répit et de relais
- ❖ **Accueil de Jour pour le proche aidé** : sur dossier d'admission
 - ⇒ Pour stimuler le proche malade et prendre du temps pour soi
- ❖ **Activités aidants-aidés ou entre aidants** : sur programmation
 - ⇒ Pour partager des moments agréables avec son proche, d'autres aidants
- ❖ **Conférences, réunions d'information** : sur programmation
 - ⇒ Pour comprendre la maladie, découvrir les aides possibles

CONTACT : Du Lundi au Vendredi, de 9h30 à 17h00

Tél. 01 30 75 49 96 / @ : plateforme.repit@ght-novo.fr

PROGRAMME

Du 3ème trimestre 2024



Plateforme d'accompagnement des aidants de Pontoise

*Pour les personnes aidant un proche atteint d'une
maladie neurocognitive vivant à domicile
(Alzheimer ou apparentée, Parkinson, SEP...)*

Coordonnatrice : Réjane FLORCZAK

Aide médico-psychologique : Gabrielle BERNUS

Assistante sociale : Morgane BAZAN

Psychologue : Marie SOUCHET

RÉPIT DE L'AIDANT A DOMICILE

Connaissez-vous le « répit de l'aidant à domicile » ? Pendant quelques heures, notre assistante de soins en gérontologie vient à votre domicile prendre le relais auprès de votre proche. Elle lui propose des activités adaptées à ses goûts et à ses aptitudes, pour vous libérer du temps. (Participation financière remboursable via le droit au répit de l'aidant - APA)

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Vous ressentez le besoin de parler de votre situation d'aidant, de vos ressentis, vos inquiétudes ou vos questionnements à un professionnel.

Si vous ne pouvez pas vous déplacer jusqu'à nos locaux :

- L'entretien pourra se faire à votre domicile, avec l'aide de notre assistante de soins en gérontologie qui pourra vous relayer auprès de votre proche pendant toute la durée de l'entretien (gratuitement)
- Vous pouvez également choisir de faire un entretien téléphonique ou par visio.
Veuillez noter que le poste de psychologue est en cours de recrutement.

SOPHROLOGIE

Comment se préserver en tant que proche aidant tout en prenant soin de l'autre ? L'enjeu est de réussir à prendre un moment pour soi, d'apprendre à se poser pour se ressourcer.

Séances gratuites, prévues tous les 15 jours à compter de septembre 2024, animées par Mélanie VENCHIARUTTI, sophrologue

SÉANCES INDIVIDUELLES DE DÉTENTE / RELAXATION

Vous vous sentez tendu, douloureux, ou avez simplement besoin de vous détendre ? Parce que les sources de tensions sont nombreuses lorsque l'on aide un proche malade, la Plateforme des aidants vous propose des séances de relaxation individuelles dans nos locaux (massage des mains, relaxation, écoute de musique douce, ...)

➔ **RENSEIGNEMENTS ET/OU RENDEZ-VOUS AU 01 30 75 49 96**

ÉVÉNEMENT CONVIVIAL

Pique-nique aidants-aidés à la Plateforme,
Nous prévoyons les boissons et un dessert rafraichissant

Le mercredi 14 août - Accueil à 12h00

JOURNÉE ALZHEIMER SUR L'HÔPITAL NOVO

Intervenir sur les facteurs de risques des troubles neurocognitifs

le 25 septembre 2024 de 10h à 16h (sans inscription)

Hôpital NOVO

6 avenue de l'Île-de-France

Bâtiment A – RDC

SOPHROLOGIE

Reprise des séances de sophrologie à compter du 10 septembre

Séance d'initiation ***le 01 octobre 2024 de 14h30 à 16h30***

DATES DE PROCHAINS ÉVÉNEMENTS :

JOURNÉE DES AIDANTS

Forum et débat théâtral organisés par la Plateforme des Aidants de Pontoise

Le mercredi 09 octobre 2024 de 13h30 à 17h

Amphithéâtre de l'Hôpital NOVO

6 avenue de l'Île-de-France

Bâtiment A - RDC

Débat théâtral « Par-dessus tête » sur inscription préalable (places limitées)

Ouverture des portes à 14h45

FORMATION

Formation assurée par la psychologue de France Alzheimer :

Sur 2 jours – dates prévues en novembre