

Maison des Aidants

(3^e étage du Centre Médical Municipal Raymond Burgos)

12 rue Carnot • 92150 Suresnes

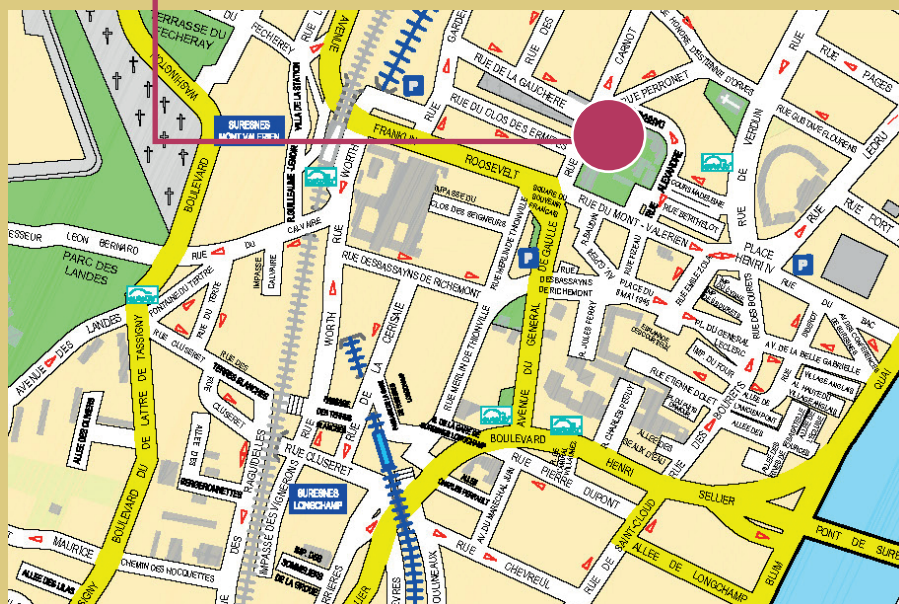
01 41 18 16 83

maison-des-aidants@ville-suresnes.fr

suresnes.fr (rubrique : Mon quotidien / Santé et Solidarité)

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30



ACCÈS

Bus

AS : arrêt "Suresnes - de Gaulle" ou "Mairie de Suresnes"
93, 144 et 241 : arrêt "Mairie de Suresnes"
244 : arrêt "Suresnes - de Gaulle"

Tramway T2

Arrêt "Belvédère" ou "Suresnes Longchamp"

SNCF

Ligne Paris Saint-Lazare - Versailles St-Nom-la-Bretèche
Arrêt "Suresnes Mont-Valérien"

Direction de la communication - Juin 2022 - Conception et réalisation graphique : Marine Voipri - Photo : 123rf



**MALADIE,
DÉPENDANCE,
HANDICAP
DE VOTRE PROCHE ?**

La maison des aidants

INFORMATIONS • ACCOMPAGNEMENT • ACTIVITÉS DE BIEN-ÊTRE ET DE DÉTENTE

01 41 18 16 83 / maison-des-aidants@ville-suresnes.fr



suresnes

Poussez la porte de la Maison des Aidants !

UN LIEU d'information et d'accompagnement

**LA MAISON DES AIDANTS
ACCUEILLE ET INFORME
tous les aidants familiaux et
les aide à trouver des réponses
à leurs problèmes :**

- Je suis épuisé(e), je ne sais pas où trouver de l'aide
- Notre logement n'est plus adapté, nous avons besoin de conseils pour l'aménager
- Je travaille, je dois m'absenter pour aider mon proche
- Je me sens seul(e), isolé(e)
- Les relations avec le reste de la famille se sont tendues
- J'ai besoin de pratiquer mon activité favorite, mais je ne peux pas laisser mon proche seul
- Je ne sais pas aider mon proche à se lever, marcher, faire son shampoing ...

La Maison des Aidants **recense** et met à disposition des aidants des informations et des ressources pour **trouver des solutions** de proximité à toutes ces problématiques. Elle **oriente** vers les professionnels et partenaires compétents.



**Sur rendez-vous,
sur place ou
par téléphone**

**VOUS VOULEZ VOUS « POSER »
UN PEU, PARLER de vos difficultés,
prendre le temps de prendre
soin de vous.**

La Maison des Aidants propose des ateliers de bien-être et de détente, individuels ou collectifs : yoga, réflexologie plantaire, sophrologie, soutien psychologique...

Le programme est disponible :
sur le site de la Ville, rubrique mon quotidien / santé et solidarité
dans les lieux d'accueil de la ville sur demande, par email : maison-des-aidants@ville-suresnes.fr, ou par téléphone : 01 41 18 16 83

**Pour participer à ces ateliers,
l'inscription est obligatoire et
soumise à une adhésion annuelle.**