

Plateforme d'accompagnement et de  
répit des aidants de Louveciennes

# NEWSLETTER



## Notre rôle auprès des aidants

Orientation, soutien, répit et détente...

sont les maîtres mots de notre engagement auprès des aidants.

Crée en 2018, notre Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants propose de l'orientation téléphonique vers les dispositifs du territoire selon vos problématiques et un soutien psychologique. Nous vous donnons des clés au quotidien pour mieux appréhender votre rôle d'aidant par le biais de formations, groupes de parole ou activités de détente gratuites. Enfin nous vous proposons également des temps de répit sous forme de forfait temps libre.

Vous trouverez dans cette newsletter ce qu'il y a à savoir sur notre plateforme ainsi que notre agenda d'activités diverses et variées.

Bonne lecture !

## QUELS AIDANTS ?

Toute personne venant en aide à un proche se trouvant en situation de perte d'autonomie, de handicap ou souffrant d'une maladie chronique.

## OÙ NOUS RENCONTRER ?

Dans notre local de la Résidence St Joseph de Louveciennes, au 45 rue du Général Leclerc, 78430.

## COMMENT NOUS JOINDRE ?

Par mail : [plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org](mailto:plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org)

Par téléphone : 08 00 07 84 30

Monsieur  
Vincent

ASSOCIATION



## Soutien psychologique

**Les groupes de parole :** Le groupe de parole offre un espace de soutien et d'écoute à l'intérieur duquel les aidants familiaux vont se rencontrer et échanger sur les problématiques vécues au cours de l'accompagnement d'un proche en perte d'autonomie. Au sein de ce groupe, chacun est amené, librement, à s'exprimer, à partager son vécu, ses expériences, ses émotions et ses réflexions.

**Entretiens individuels :** La psychologue peut vous apporter un soutien individuel afin de vous aider à surmonter une difficulté, elle saura également vous orienter vers les ressources territoriales compétentes, en fonction de vos besoins.

## Ateliers "bien-être" à destination des aidants

### Séance de sophrologie et de relaxation pour les aidants :

Venez vous ressourcer avec notre sophrologue. Accordez-vous un moment de pause, de calme et de sérénité.

### Réflexologie plantaire / palmaire :

Venez découvrir les bienfaits de la réflexologie qui allie détente musculaire et mentale.

## Moments conviviaux

La plateforme de répit vous proposera, tout au long de l'année, des **moments de partage et d'activités diverses** (visite de musées, balades, ateliers manuels, d'expression etc.) que vous pouvez retrouver dans notre programmation.

**Inscription GRATUITE ET OBLIGATOIRE**  
**auprès de la plateforme par mail ou par**  
**téléphone au 08 00 07 84 30**

# NOS SOLUTIONS DE REPIT

## Le Forfait Temps Libre

*Le Forfait Temps Libre est destiné aux aidants souhaitant prendre du temps pour eux, tout en laissant leur proche en sécurité avec un professionnel à domicile. Une évaluation sera faite au préalable par les professionnels de la plateforme. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter au 08 00 07 84 30.*

## Les accueils de jour

*L'accueil de jour s'adresse aux personnes âgées vivant au domicile, atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une pathologie apparentée. Il propose un accueil à la journée, une ou plusieurs fois par semaine. Ses objectifs sont les suivants : le maintien de l'autonomie et la socialisation à travers d'activités adaptées et personnalisées, tout en soulageant les aidants et les familles. Ces derniers peuvent également bénéficier de conseils ou de soutien de la part des intervenants de l'accueil de jour.*

## Les Haltes Répit Détente Alzheimer

*Les haltes Répit-Alzheimer sont des lieux d'accueil non médicalisés. Elles accueillent des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée (stade léger à modéré) une à deux demi-journées par semaine. Des activités adaptées et visant à maintenir le lien social sont assurées par une équipe de bénévoles formés de la Croix Rouge Française.*

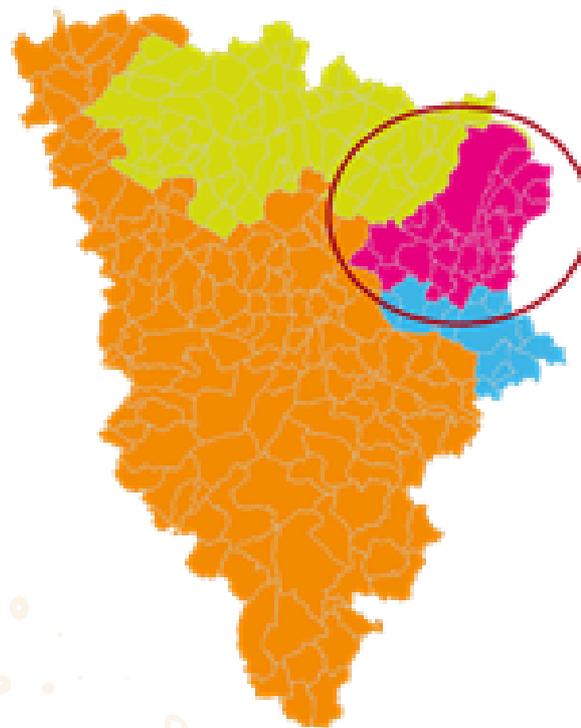
*Cette prise de relais, centrée sur l'écoute et le partage, permet également aux aidants de prendre du temps pour eux. Une participation de 5 euros est demandée par après-midi.*

## Les séjours temporaires en EHPAD

*Ce type d'accueil permet d'accueillir pour une certaine période (quelques jours ou quelques mois) la personne qui, pour diverses raisons ponctuelles, ne peut pas rester au domicile. Il peut également permettre de soulager momentanément les familles (vacances, indisponibilité temporaire) et/ou de préparer la personne âgée à un hébergement permanent en évitant une rupture trop brutale avec son environnement.*

# NOTRE TERRITOIRE D'INTERVENTION

|                  |                      |
|------------------|----------------------|
| AIGREMONT        | BAILLY               |
| BOUGIVAL         | CARRIÈRES-SUR-SEINE  |
| CHAMBOURCY       | CHATOU               |
| CHAVENAY         | CROISSY-SUR-SEINE    |
| DAVRON           | ETANG-LA-VILLE       |
| FEUCHEROLLES     | FOURQUEUX            |
| HOUILLES         | LA CELLE-SAINT-CLOUD |
| LE MESNIL-LE-ROI | LE PECQ              |
| LE PORT-MARLY    | LE VÉSINET           |
| LOUVECIENNES     | MAISONS-LAFFITTE     |
| MAREIL-MARLY     | MARLY-LE-ROI         |
| MONTESSON        | NOISY-LE-ROI         |
| RENNEMOULIN      | ST-GERMAIN-EN-LAYE   |
| SARTROUVILLE     | ST NOM-LA-BRETECHE   |



## L'équipe de la plateforme de répit

|                          |                               |
|--------------------------|-------------------------------|
| <b>Lionel DE ALMEIDA</b> | <b>Directeur</b>              |
| <b>Samara DHORBANI</b>   | <b>Directrice adjointe</b>    |
| <b>Mathilde CHATAL</b>   | <b>Responsable plateforme</b> |
| <b>Anastasia BOIVIN</b>  | <b>Psychologue</b>            |

## Contact



08 00 07 84 30



[plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org](mailto:plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org)



[monsieurvincent.org/residences/plateforme-daccompagnement-et-de-repit/](https://monsieurvincent.org/residences/plateforme-daccompagnement-et-de-repit/)



Activités GRATUITES sur INSCRIPTION au 08 00 07 84 30  
ou par mail : [plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org](mailto:plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org)



**Thème des groupes de parole :**  
Harmoniser lien familial et rôle d'aidant

| Date         | Activité  | Horaires      | Pour qui ?      | Lieu                           |
|--------------|---|---------------|-----------------|--------------------------------|
| Sur RDV      | Soutien psychologique   |               | Aidants         | Présentiel, visio ou téléphone |
| Sur RDV      | Soutien administratif   |               | Aidants         | Présentiel, visio ou téléphone |
| Mar 09/01/24 | Groupe de parole                     | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LE VESINET                     |
| Mar 09/01/24 | Sophrologie en groupe                | 14h30 - 15h30 | Aidants         | SARTROUVILLE                   |
| Jeu 11/01/24 | Groupe de parole                    | 14h30 - 16h00 | Aidants         | SAINT GERMAIN EN LAYE          |
| Mar 16/01/24 | Formation "Geste de 1er secours"   | 13h45 - 17h00 | Aidants         | LE VESINET                     |
| Mer 17/01/24 | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LOUVECIENNES                   |
| Jeu 18/01/24 | Art thérapie : "Atelier peinture"   | 14h00 - 16h00 | Aidants / aidés | LOUVECIENNES                   |
| Lun 22/01/24 | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LE VESINET                     |
| Jeu 25/01/24 | Galette des Rois                   | 14h00 - 16h00 | Aidants         | LOUVECIENNES                   |
| Jeu 25/01/24 | Réflexologie plantaire / palmaire  | 10h00 - 12h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES                   |
|              |   | 14h00 - 16h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES                   |
| Lun 29/01/24 | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LOUVECIENNES                   |
| Mar 30/01/24 | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h   | Aidants         | SARTROUVILLE                   |

Résidence Saint Joseph  
45 rue du Général Leclerc  
78430 LOUVECIENNES

EHPAD STEPHANIE  
1 rue Bordin  
78 500 SARTROUVILLE

Résidence Les Essentielles  
3 promenade Utrillo  
78811 LE VESINET

Club Louis XIV  
Place André Malraux  
78 100 SAINT GERMAIN EN LAYE





Activités GRATUITES sur INSCRIPTION au 08 00 07 84 30  
ou par mail : [plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org](mailto:plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org)



## Thème des groupes de parole :

Maintenir des liens sociaux et conserver sa liberté

| Date           | Activité  | Horaires      | Pour qui ?      | Lieu                  |
|----------------|---|---------------|-----------------|-----------------------|
| Sur RDV        | Soutien administratif   |               | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Sur RDV        | Soutien psychologique individuel  |               | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Mardi 06/02    | Groupe de parole                     | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LE VESINET            |
| Mardi 06/02    | Sophrologie en groupe                | 14h30 - 15h30 | Aidants         | SARTROUVILLE          |
| Mercredi 14/02 | Art-thérapie : Atelier peinture   | 14h00 - 16h00 | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 15/02    | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | SAINT GERMAIN EN LAYE |
| Lundi 19/02    | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LE VESINET            |
| Mardi 20/02    | Café-crêpes, temps de rencontre spécial chandeleur  | 15h00 - 16h30 | Aidants         | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 22/02    | Art-thérapie : Atelier photo  | 14h30 - 16h00 | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Lundi 26/02    | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LOUVECIENNES          |
| Mardi 27/02    | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | SARTROUVILLE          |
| Mercredi 28/02 | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 29/02    | Réflexologie plantaire / palmaire  | 10h00 - 12h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |
|                |   | 14h00 - 16h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |

Résidence Saint Joseph  
45 rue du Général Leclerc  
78430 LOUVECIENNES

EHPAD STEPHANIE  
1 rue Bordin  
78 500 SARTROUVILLE

Résidence Les Essentielles  
3 promenade Utrillo  
78811 LE VESINET

Club Louis XIV  
Place André Malraux  
78 100 SAINT GERMAIN EN  
LAYE



Activités GRATUITES sur INSCRIPTION au 08 00 07 84 30  
ou par mail : [plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org](mailto:plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org)



**Thème des groupes de parole :**  
Être aidant et  
vieillissant, concevoir sa propre autonomie

| Date           | Activité  | Horaires      | Pour qui ?      | Lieu                  |
|----------------|---|---------------|-----------------|-----------------------|
| Sur RDV        | Soutien administratif   |               | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Sur RDV        | Soutien psychologique individuel  |               | Aidants / aidés | LOUVECIENNES          |
| Mardi 05/03    | Groupe de parole                     | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LE VESINET            |
| Mardi 05/03    | Sophrologie en groupe                | 14h30 - 15h30 | Aidants         | SARTROUVILLE          |
| Jeudi 07/03    | Atelier fête des grands-mères   | 14h30 - 16h30 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |
| Mercredi 13/03 | Art-thérapie : Atelier peinture   | 14h00 - 16h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 14/03    | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | SAINT GERMAIN EN LAYE |
| Lundi 18/03    | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LE VESINET            |
| Mardi 19/03    | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | SARTROUVILLE          |
| Mercredi 20/03 | Groupe de parole                   | 14h30 - 16h00 | Aidants         | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 21/03    | Réflexologie plantaire / palmaire  | 10h00 - 12h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |
|                |   | 14h00 - 16h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |
| Lundi 25/03    | Sophrologie en groupe              | 14h30 - 15h30 | Aidants         | LOUVECIENNES          |
| Jeudi 27/03    | Art-thérapie : Atelier photo  | 14h30 - 16h00 | Aidants / Aidés | LOUVECIENNES          |

Résidence Saint Joseph  
45 rue du Général Leclerc  
78430 LOUVECIENNES

EHPAD STEPHANIE  
1 rue Bordin  
78 500 SARTROUVILLE

Résidence Les Essentielles  
3 promenade Utrillo  
78811 LE VESINET

Club Louis XIV  
Place André Malraux  
78 100 SAINT GERMAIN EN LAYE

