

VENIR NOUS VOIR ?

**ASSOCIATION
Notre-Dame
De Bon-Secours**

Porte D4 – couloir du P'tit Café
68 rue des Plantes
75014 PARIS



Métro ligne 4 : Alésia
Bus 58 : Hôpital ND de Bon-Secours
Bus 38 : Alésia – Général Leclerc
Bus 62 : Les Plantes
Tramway T3a : Jean Moulin



Margot PALACCI
Psychologue-Coordinatrice
TÉL. : 06 35 38 43 43

plateformederepit@ndbs.org

NOS PARTENAIRES



Ne pas jeter sur la voie publique

Création Lydia POLIENOR - bonjour@trizeidepieque.com - SIREN : 799 491 345



PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET
DE RÉPIT POUR LES PROCHES AIDANTS
13^{ème} - 14^{ème} ARRONDISSEMENTS

**VOUS ACCOMPAGNEZ AU QUOTIDIEN
UN PARENT, UN AMI, UN VOISIN
VIVANT AU DOMICILE, DE PLUS DE
60ANS OU ATTEINT D'UNE MALADIE
NEURO-ÉVOLUTIVE**



VOUS DÉTENDRE

Tai Chi en groupe : seul(e) ou avec votre proche (bimensuel)

Relaxation en groupe (mensuel)

Esthétique (soins, massages) et/ou relaxation (sophrologie, réflexologie, ...) à domicile (6 séances/an)

Gymnastique douce en groupe (mensuel)

Shiatsu seul(e) ou avec votre proche (3 séances/an)

SOUFFLER – AVOIR DU RÉPIT

Cousinage – relai au domicile 24h/24 (participation financière de la plateforme jusqu'à 14j/an)

ARTZ – cycles de visites de musées et activités artistiques pour votre proche (3 cycles/an)

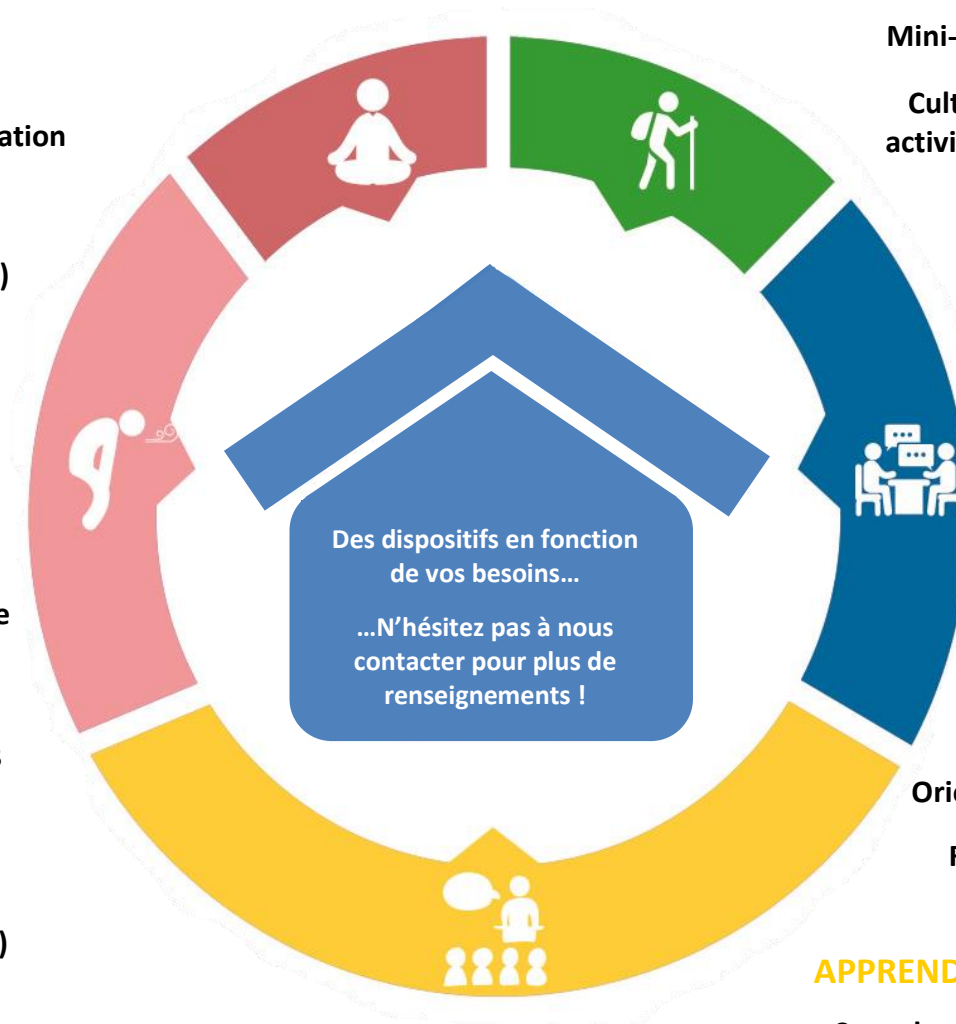
Culture et Hôpital - DUCAdom (activités culturelles à domiciles pour votre proche, 12 séances espacées tous les 15j)

Culture et Hôpital – Séjours culturels en EHPAD (2 à 4/an)

Renseignements sur : Accueil de jour thérapeutique pour votre proche (1 à 3j/semaine)

Renseignements sur : Hébergement temporaire (90j/an)

La majorité des prestations sont gratuites



SORTIR SEUL(E) OU À DEUX

Groupe de parole (mensuel)

Mini-séjours de Répit (France Alzheimer ; Int'act)

Culture et Hôpital – DUCA (visites de musées et activités groupales, seul(e) ou avec votre proche)

Tai Chi en groupe : seul(e) ou avec votre proche

Relaxation en groupe (mensuel)

Gymnastique douce en groupe (mensuel)

Shiatsu seul(e) ou avec votre proche (3 séances/an)

DISCUTER ET VOUS INFORMER

Soutien psychologique

Groupe de parole ; café des aidants

Orientation pour les démarches administratives

Renseignements sur : Formation à la maladie

APPRENDRE POUR COMPRENDRE (orientation)

Consultation mémoire et hôpital de jour d'évaluation

Hôpital de jour de réadaptation : Centre Imagine (Bellan) ou Mémoire et fragilités (Ste-Marie)

Equipe Spécialisée Alzheimer (ESA) : 12 à 15 séances au domicile/an

Formation à la maladie

Accueil de jour thérapeutique pour votre proche (1 à 3j/semaine)