

# 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



**Noémie DUFOR**  
Psychologue-Coordinatrice  
TÉL. : 06 35 38 43 43

[plateformederepit@ndbs.org](mailto: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<sup>ème</sup> - 14<sup>ème</sup> 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**



## La majorité des prestations sont gratuites

### VOUS DÉTENDRE

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

Sophrologie 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)

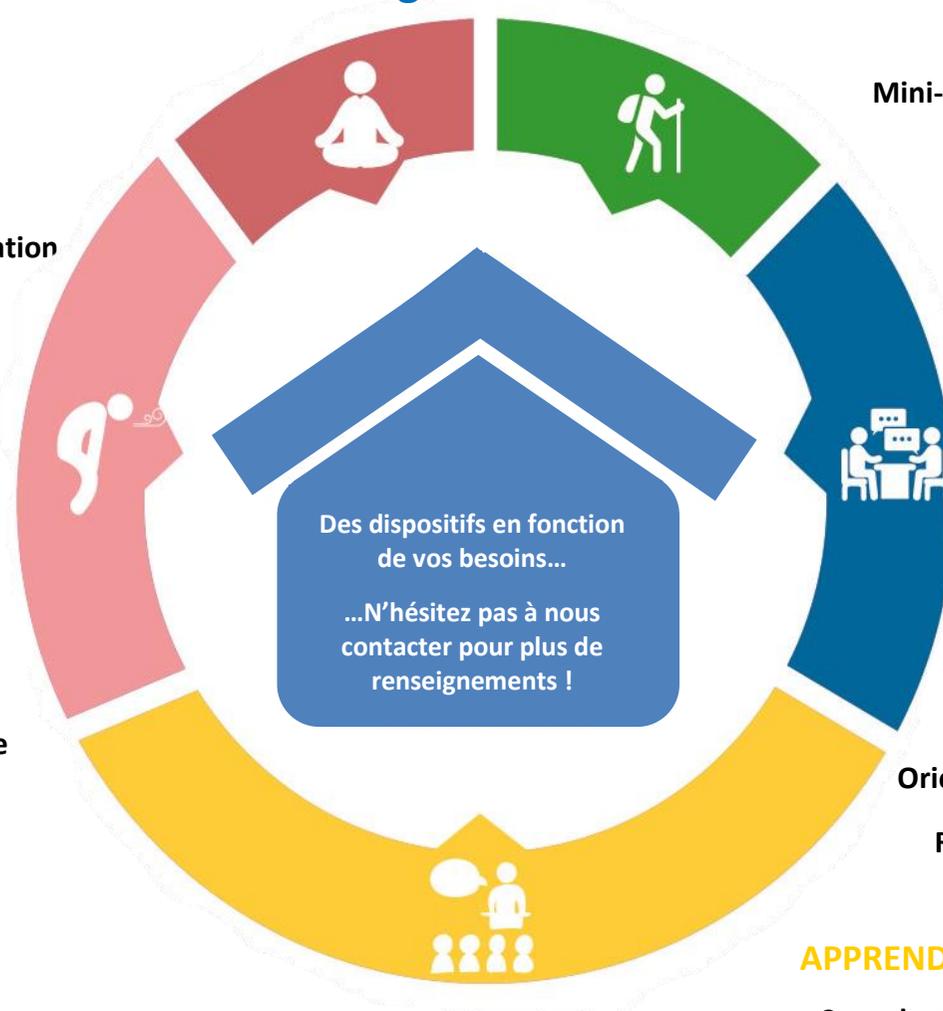
### SOUFFLER – AVOIR DU RÉPIT

Cousinage – relais 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)

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

Renseignements sur : Hébergement temporaire en EHPAD (jusqu'à 90j/an)



### SORTIR SEUL(E) OU À DEUX

Groupe de parole (mensuel)

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

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

Sophrologie 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)