PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT DES AIDANTS PARIS SUD (13/14 ÈME ARR.)

LETTRE D'INFORMATION MARS 2024

Contact : Coordinatrice de la plateforme

Noémie DUFOUR

06 35 38 43 43

plateformederepit@ndbs.org

68 rue des Plantes, 75014 Paris

Accueil téléphonique du lundi au vendredi

Entretien sur RDV uniquement

La Plateforme d'accompagnement et de répit est destinée à vous soutenir en tant qu'aidant(e) d'un proche résidant à domicile et présentant : une maladie neuro-évolutive (quel que soit son âge) ou bien âgé de plus de 60ans et en perte d'autonomie (quelle que soit la raison).
C'est un lieu ressource qui vous accompagne tout au long du parcours de vie et de santé de votre proche : information, écoute, soutien, proposition d'activités pour prendre soin de soi, solution de répit, ...

EVENEMENT GRATUIT DU 13 AU 16 MARS
180 EXPOSANTS, 200 CONFÉRENCES ET ATELIERS

DÉDIÉ AUX 50 ANS ET + POUR S'INFORMER, ÉCHANGER, SE DIVERTIR, S'ÉVADER ET SE CHALLENGER.

PARIS EXPO – PORTE DE VERSAILLES
PAVILLON 2.2
PLACE DE LA PORTE DE VERSAILLES
75015 PARIS FRANCE

DU 13 AU 16 MARS
DE 10H00 À 18H00

PARIS PLUS ACCESSIBLE :

La ville de Paris offre aux **personnes malvoyantes** des **télécommandes** pour activer les modules sonores des feux de signalisation.
Certains feux de signalisation à Paris sont équipés de **modules sonores** qui émettent un message sonore informant de l'état et de la localisation du feu pour les piétons. Exemple : « Rouge piéton boulevard Raspail ».
Lorsque le feu piéton passe au vert, un signal sonore invite à traverser.
Vous pouvez demander à la mairie jusqu'à 4 télécommandes par foyer (1 pour le demandeur + 3 pour d'autres utilisateurs)

La citation du mois : Si on n'est pas sensible, on n'est jamais sublime.
Voltaire

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT DES AIDANTS PARIS SUD (13/14 ÈME ARR.)

LETTRE D'INFORMATION MARS 2024

Contact : Coordinatrice de la plateforme

Noémie DUFOUR

06 35 38 43 43

plateformederepit@ndbs.org

68 rue des Plantes, 75014 Paris

Accueil téléphonique du lundi au vendredi

Entretien sur RDV uniquement

BESOIN D'AIDE NUMÉRIQUE OU ADMINISTRATIVE ?

L'association **"Les jardins numériques"** est là pour vous !

Ils peuvent **vous aider dans vos démarches en ligne**, et **vous apprendre à bien utiliser vos matériels numériques** (téléphone, ordinateur, tablette..). Ils proposent des ateliers collectifs et des accompagnements individualisés.

Vous pouvez les contacter au **01 45 43 78 91**
et par mail à : **contact@jardins-numeriques.eu**

TROUBLES DU SOMMEIL DES AIDANTS

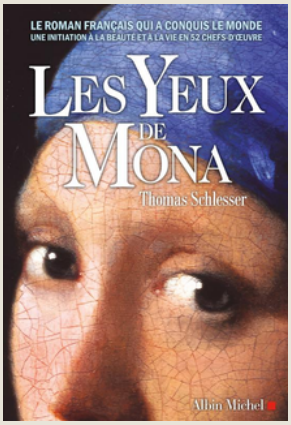
Ne restez pas seul face à vos problèmes de sommeil!

La plateforme organise des Conférences sur le sommeil des aidants, avec la M2A et le Réseau Morphée :

Dans le 13ème : jeudi 7 mars de 11h à 12h
Dans le 14ème : jeudi 21 mars de 10h à 11h

SUR INSCRIPTION!

LA LECTURE DU MOIS :



Mona, 10 ans, risque de perdre la vue.
Face à cette épreuve son grand-père l'emmène découvrir chaque mercredi une œuvre d'art.
Les voilà face aux œuvres de Vermeer, Goya, ou Van Gogh.... De merveilleuses visites pour découvrir les beautés et les couleurs du monde. Une belle histoire de transmission et une réflexion sur la vie et la résilience. Les Yeux de Mona paraît aussi en gros caractères et en braille aux Editions Voir de Près.
Les yeux de Mona, Thomas Schlesser (Albin Michel)