

Plateforme de Répit
Association Notre-Dame de
Bon Secours



« Prendre soin de soi, c'est aussi
s'autoriser à souffler. »

Le témoignage du mois

“ Ces derniers mois ont été très difficiles, car ma femme était en déclin. Un après-midi, j'ai reçu un appel de l'EHPAD m'annonçant son décès. Le choc fut brutal.

J'ai alors prévenu ma famille, mes amis, ainsi que les membres du groupe d'art-thérapie de la Plateforme de répit. J'ai reçu de leur part des messages de soutien parmi les plus chaleureux. Cela m'a profondément touché.

Le jour des obsèques, parmi les fleurs, se trouvait un bouquet offert par tout le groupe d'art-thérapie animé par David. Il était accompagné d'un magnifique dessin réalisé par l'ensemble des participants.

J'ai été tellement ému que ce dessin est toujours exposé dans mon salon.

Voilà, je crois, un très bel exemple de l'amitié et du réconfort que ce groupe de la Plateforme a si gentiment offerts à mon épouse et à moi.

Merci.”

Jean-Marie Imoucha



plateformederepit@ndbs.org
06 35 38 43 43

Le saviez-vous ?



Association
Notre-Dame
de Bon Secou

Être aidant peut ouvrir des droits.

Il n'existe pas une carte ou une attestation unique permettant de faire reconnaître son statut d'aidant. Toutefois, plusieurs dispositifs peuvent soutenir les proches aidants, notamment le congé de proche aidant et l'Allocation journalière du proche aidant (AJPA).

Besoin d'y voir plus clair ? Notre assistante sociale peut vous accompagner dans vos démarches et vous aider à identifier les dispositifs auxquels vous pouvez prétendre.



POUR VOUS, AIDANTS



***À votre
écoute***

***Lorena
GALLARDO***

Psychologue de la Plateforme de répit et d'accompagnement des aidants de l'Association Notre-Dame de Bon Secours, Lorena Gallardo accompagne les aidants tout au long de leur parcours. À travers des entretiens individuels, des groupes de parole et des ateliers, elle propose un espace d'écoute, de soutien et d'échange pour aider chacun à mieux vivre son rôle d'aidant, prévenir l'épuisement et retrouver des ressources au quotidien. Son accompagnement s'inscrit dans la volonté de la Plateforme de répit d'offrir aux aidants un espace de confiance, d'écoute et de répit, adapté à leurs besoins.

Nos



plateformederepit@ndbs.org

**SUR INSCRIPTION
ACTIVITÉS GRATUITES**

activités

Shiatsu

**MARIA-LUISA
GRASCOEUR ET
DOMINIQUE LYON**



**Jeudi 3 et vendredi
11 septembre**

**14h00 · 15h00 ·
16h00**

P'tit Café

Sophrologie

**FLORENCE GIANNONE-
BENOIT**



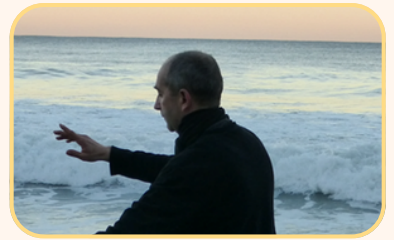
**Jeudi 10 et
vendredi 11
septembre**

10h30 – 12h30

P'tit Café

Tai Chi

LIONEL NOSJEAN



Lundi 14 septembre

16h45 – 17h45

**(CRT) 9 rue de
la Santé 75013
Paris**

Gym douce

FRANCISCO AYUSO



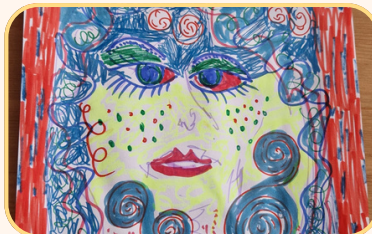
**Samedi 19
septembre**

10h45 – 11h45

**Salle
polyvalente –
Résidence Saint-
Augustin**

Art- thérapie

DAVID DEHAINAUT



**Jeudi 10 et mardi
22 septembre**

18h00 – 19h30

P'tit Café

UNE NOUVELLE ACTIVITÉ ARRIVE !

**Un moment pour
prendre soin de
vous, découvrir,
partager et vous
faire plaisir.**

**On vous en dit
plus très bientôt...**

ACTIVITÉS

SUR INSCRIPTION
ACTIVITÉS GRATUITES

PARTENARIATS

Activité Physique Adaptée



Mardi 2 septembre

🕒 11h00 – 12h00

📍 CRT 13 – 9 rue
de la Santé, 75013
Paris

Activité Physique Adaptée



Mercredi 16

🕒 10h30 – 12h00

📍 Locaux France
Alzheimer –
Association Notre-
Dame de Bon Secours

Permanence



Jeudi 24 septembre

🕒 9h00 – 12h00

📍 58A Rue du
Dessous des
Berges, 75013
Paris

*Un temps d'écoute,
d'information et
d'accompagnement pour
les aidants.*



Association des Aidants et Malades à Corps de Lewy



*Pour la santé
et l'autonomie*



VIE DE LA PFR

**Votre PFR vous accueille
dans son nouveau bureau**

Afin de continuer à vous recevoir dans les meilleures conditions, notre bureau a changé d'emplacement. Nous vous accueillons désormais au 1er étage du bâtiment D1. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez besoin d'être guidé lors de votre venue



plateformederepit@ndbs.org
06 35 38 43 43

