



Plateforme d'Accompagnement et de Répit des  
Aidants de personnes atteintes de la maladie  
d'Alzheimer ou troubles apparentés

3, Bd Albert Camus  
95200 Sarcelles

Tel : 07 71 35 54 71  
plateforme.aidants@ose-france.org

## PROGRAMME D'ACTIVITÉS DU MOIS D'OCTOBRE 2018

### Ecoute, informations, conseils, soutien, orientation

#### Permanence téléphonique

Lundis et Mardis de 14h30 à 17h00

Mercredis et Jeudis de 9h30 à 17h00

Possibilité de prendre RDV : 07 71 35 54 71

Accompagnement dans vos recherches de solutions de répit :  
Accueils de jour, Hébergement temporaire, séjours vacances...

### Rencontrer la psychologue

- Sur RDV dans nos locaux

Lundis et mardis de 14h30 à 17h00  
Mercredis et jeudis de 10h00 à 12h30

- Sur RDV au domicile, possible selon les cas.

### Prendre soin de soi

#### Atelier Sophrologie

Mardi 09 Octobre 2018

De 14h30 à 15h30

Participation de 5 euros

### Besoin de répit

#### 2h00 d'accueil gratuit de votre proche

Les lundis et mercredis de 14h00 à 16h00

Se renseigner sur les modalités au 07 71 35 54 71

### Groupe de Parole

#### Lundi 15 Octobre 2018

De 14h30 à 16h00

Dans nos locaux

### Se divertir avec son proche

#### Activités ludiques, physiques, manuelles...

Les jeudis de 14h30 à 16h00

Dans nos locaux.

### Pause café détente entre aidants

Rejoignez nous autour d'un café  
pour partager un moment  
convivial et chaleureux  
(discussion, jeux de société...)

Les mercredis de 14h00 à 16h30