

CALENDRIER 2025							
Septembre		Octobre		Novembre		Décembre	
1	L	1	M	1	S	1	L
2	M	2	J	2	D	2	M
3	M	3	V	3	L	3	M
4	J	4	S	4	M	4	J
5	V	5	D	5	M	5	V
6	S	6	L	6	J	6	S
7	D	7	M	7	V	7	D
8	L	8	M	8	S	8	L
9	M	9	J	9	D	9	M
10	M	10	V	10	L	10	M
11	J	11	S	11	M	11	J
12	V	12	D	12	M	12	V
13	S	13	L	13	J	13	S
14	D	14	M	14	V	14	D
15	L	15	M	15	S	15	L
16	M	16	J	16	D	16	M
17	M	17	V	17	L	17	M
18	J	18	S	18	M	18	J
19	V	19	D	19	M	19	V
20	S	20	L	20	J	20	S
21	D	21	M	21	V	21	D
22	L	22	M	22	S	22	L
23	M	23	J	23	D	23	M
24	M	24	V	24	L	24	M
25	J	25	S	25	M	25	J
26	V	26	D	26	M	26	V
27	S	27	L	27	J	27	S
28	D	28	M	28	V	28	D
29	L	29	M	29	S	29	L
30	M	30	J	30	D	30	M
		31	V			31	M

Toutes nos actions sont gratuites et à destination des proches aidants des villes de Fontenay-sous-bois, Vincennes, Saint-Mandé et Montreuil.



Informations et inscriptions :
aidant@mri94.fr
06 27 82 58 88

Adresses

HM : Hector Malot
74 avenue de Stalingrad
94120 Fontenay-sous-bois

DB : Dame Blanche
45 avenue de la dame blanche
94120 Fontenay-sous-bois

MAP : Murs à Pêches
198/200 rue de Rosny
93100 Montreuil

LS : La Seigneurie
57 rue du commandant Mouchotte
94160 Saint-Mandé

Café des aidants:
Bar Le Terminus
9 avenue de Nogent
94300 Vincennes



La Rencontre des Aidants

Maison de Retraite Intercommunale
Fontenay, Vincennes, Saint-Mandé, Montreuil



Septembre – Décembre 2025

Dispositif pour les proches aidants de personnes âgées résidant à domicile ou en EHPAD à Fontenay-sous-Bois, Vincennes, Saint-Mandé et Montreuil (commune du proche ou de l'aidant)

Je suis aidant,

Si j'aide un proche en perte d'autonomie, ponctuellement ou régulièrement. Mon aide concerne les activités domestiques, les démarches administratives, le soutien quotidien, ... Et cela me conduit parfois à ne plus prendre soin de moi.

06 27 82 58 88
aidant@mri94.fr



L'équipe

Contact générique :
aidant@mri94.fr
06 27 82 58 88

Sophie TALL EISCHEN
Coordinatrice
Psychomotricienne
pilotaidant@mri94.fr
06 27 82 58 88

Stephanie DE ROECK
Psychologue
psychologue-aidant@mri94.fr
07 77 20 15 42

Prendre soin de soi

Groupes de relaxation



Par les psychomotriciennes de l'équipe
Le mercredi, de 14h30 à 16h, dates au verso.
A la résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay.

Café des aidants



Venez échanger votre expérience avec d'autres aidants, dans un lieu convivial, autour d'un café.

Un vendredi par mois de 15 à 17h, dates au verso

Au bar-restaurant, Terminus Château, 9 avenue de Nogent à Vincennes

Ostéopathie



Rendez-vous d'une heure pour les proches aidants de 14h à 17h
Dans la limite d'une séance par an, afin d'en garantir l'accès au plus grand nombre.
Par Christine BONNET, ostéopathe et psychomotricienne
Dates et lieux au verso

Rendez-vous avec une psychologue



Par téléphone ou en présentiel

Partager un temps de qualité

Séances photos



Dates et lieux au verso

Venez partager un moment de complicité avec votre proche, lors d'une séance photo à 2 ou plus, d'une trentaine de minutes.
Par Hélène DEGRANDPRE, photographe professionnelle

Toutes nos actions sont gratuites et sur inscription :
06 27 82 58 88
aidant@mri94.fr

S'informer

Conférence



Conférence « Chute et troubles de la marche chez la personne âgée » par le Dr Hugues FORGET, médecin gériatre directeur à la santé de la ville de Fontenay

Le lundi 3 novembre de 18h à 19h30 à la résidence Hector Malot (74 avenue de Stalingrad à Fontenay) et en visio

Visio du midi



Proches aidants, apprenez-en plus sur l'entrée en EHPAD. Mme YAMANI agent d'admission en EHPAD et Mme ZIGO, assistante sociale répondront aux questions que vous vous posez.

Le vendredi 4 décembre de 12h30 à 13h30 en visio

Evènements

Journée Nationale des aidants 2025 : Théâtre forum sur « la relation aidant, aidé, professionnel : Cultivons les liens ».
Vendredi 3 octobre 2025 de 12h à 17h, à la résidence Dame Blanche

Retrouvez-nous sur notre stand au Salon des aidants, initiative du Département du Val de Marne.
Vendredi 10 octobre 2025 de 9h30 à 17h00 à la Maison du handball de Créteil.

Ressources permanentes



Retrouvez des conférences, des audios de relaxation ainsi que des documents ressources sur :

- **Notre site internet** : www.gcsms-ehpadpublics94.fr
Rubrique Maison de retraite Intercommunale, onglet La rencontre des aidants
- **Notre chaine Youtube** « La rencontre des aidants »

Les ressources du vendredi : l'équipe vous envoie par mail des ressources sur l'aidance (formations, conférences, documents,...).



Vendredi 3 octobre 2025

La relation aidant, aidé, professionnel : Cultivons les liens

Au programme :
Théâtre forum,
échange autour
d'une collation ...

A destination des
proches aidants et
des professionnels

De 12h à 17h
à la résidence Dame
Blanche au 45
avenue de la Dame
Blanche à Fontenay.