

LES SERVICES PERMANENTS DE L'AFa PARTOUT EN FRANCE

LA LIGNE MICI INFOS

Du **Lundi au Vendredi de 14h à 18h**, vous pourrez y trouver information, soutien et orientation.
MICI Infos services : 0 811 091 623 (prix d'un appel local)

LA PERMANENCE SOCIALE

Aline Bourgeois, assistante sociale, vous apporte des conseils et de l'information sur vos droits.
Le lundi de 14h à 18h au 01 43 07 00 63 ou par mail via social@afa.asso.fr

VIE PROFESSIONNELLE

Marie-Hélène Ravel est à votre disposition pour un conseil ou une orientation
Le mercredi de 9h00 à 18h00 au **01 43 07 00 63** ou par mail via travail@afa.asso.fr

LA MÉDIATION JURIDIQUE

Un avocat met ses compétences au service des adhérents. Vous devez contacter le service

LA PERMANENCE DIÉTÉTIQUE

Doriane Cotel, diététicienne, répondra à toutes vos questions par téléphone.
Le mardi de 14h à 18h au **01 42 00 00 40**

ORIENTATION PSY

Vous ressentez le besoin de consulter un psy ? Juliette Cain et Alexandra Can vous orientent vers les bons professionnels de santé : questionpsy@afa.asso.fr

LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE

Pour les familles, une écoute réalisée par notre référente parents via allopateurs@afa.asso.fr et un séjour les 9, 10 et 11 novembre en région parisienne (77)
Pour les ados (12-17 ans) un groupe Facebook fermé et confidentiel via relaimiciados@afa.asso.fr
Pour les jeunes (18-30 ans) un groupe Facebook fermé et confidentiel via micijeunes@afa.asso.fr

OUTILS

Mici Connect, la première plateforme d'accompagnement personnalisé www.miciconnect.com
Le site Internet de l'afa www.afa.asso.fr
L'Observatoire national des MICI www.observatoire-crohn-rch.fr

VOS CONTACTS DANS LA RÉGION

Siège de l'afa : info-accueil@afa.asso.fr – **01 42 00 00 40** – 32 rue de Cambrai 75019
Corinne Devos, référente ETP, écoute et soutien : idf@afa.asso.fr – **0811 091 623 (département 75)**
Julie Salvain, relai jeunes : relaijeunes.idf@afa.asso.fr
Nabil Kort., délégué 77 : afa77@afa.asso.fr - **06 73 52 61 71**



PROGRAMME

TROISIEME TRIMESTRE 2019

DÉLÉGATION ILE-DE-FRANCE

Au programme de ce dernier trimestre 2019, toujours plus d'événements, de rencontres, d'informations et de convivialité vous sont proposés par l'équipe de l'afa Crohn RCH Ile-de-France.

Pour connaître les moments à ne pas manquer, vous pouvez consulter la page région Ile-de-France : www.afa.asso.fr/categorie/ile-de-france

Vous pouvez dès à présent noter l'ensemble des rendez-vous de la fin d'année dans la région.

VIVRE AVEC LA MALADIE AU QUOTIDIEN

ATELIER D'ETP

A l'Hôpital St Antoine

Votre atelier « **Mieux gérer la fatigue** » suivi d'une séance collective de sophrologie

Inscription et bilan d'entrée obligatoire via idf@afa.asso.fr

12h15 - 15h30

Mardis 8 octobre et
26 novembre

ATELIER D'ETP

A l'Hôpital St Louis

Votre Journée « **Demain et après** » : évolution de ma MICI, alimentation et vie professionnelle

Inscription et bilan d'entrée obligatoire via idf@afa.asso.fr

09h00 - 16h30

Lundi 7 octobre

Votre Journée « **Le quotidien** » : vivre avec, alimentation et fatigue

Inscription et bilan d'entrée obligatoire via idf@afa.asso.fr

09h00 - 16h30

Lundi 18 novembre

ATELIER D'ETP

A l'Hôpital Cochin

Votre Journée « **Mieux vivre avec ma MICI** » : mon vécu, mieux vivre le quotidien et sport & voyages

Inscription et bilan d'entrée obligatoire via idf@afa.asso.fr

09h30 - 16h30

Lundi 14 octobre

Votre Journée « **Mieux connaître ma MICI** » : traitements, droits sociaux et alimentation

Inscription et bilan d'entrée obligatoire via idf@afa.asso.fr

09h30 - 16h30

Lundi 16 décembre

ATELIER D'ETP

A l'Hôpital Beaujon

1 : « Comprendre ma MICI »
2 : « Médecines complémentaires »
Inscription au 01 40 87 56 76 ou via s.martins.carole@gmail.com

18h00

1 : **Jeudi** 10 octobre
2 : **Jeudi** 12 décembre

AD'VENIR

Plateforme de Transition A l'Hôpital Robert Debré

Ad'Venir est un lieu et une équipe dédiés à l'**accompagnement des jeunes de 15 à 25 ans** vivant avec une maladie chronique au moment du passage de la pédiatrie aux services pour adultes.

Advenir-robertdebre.aphp.fr

ATELIER D'ETP

A l'Hôpital du Kremlin Bicêtre

- Ma MICI et mes traitements
 - ABC de ma MICI
- Mon alimentation et ma MICI
 - Vie intime et MICI
- Communiquer avec ma MICI

Inscription et bilan d'entrée obligatoires au 01 45 21 37 22 ou via laura.hardouin@aphp.fr

Dates à venir
www.afa.asso.fr

SOPHROLOGIE

Rambouillet

Apprendre à lâcher prise - gérer stress, douleurs et fatigue

17h45 - 19h30

1^{er} et 3^{ème} mardis du mois

S'INFORMER ET PARTAGER

MICI-KAWA

Paris

Une occasion conviviale de se rencontrer entre malades et proches pour partager sans tabou nos expériences de vie avec une MICI

18h30 - 20h30

Dates à venir sur
www.afa.asso.fr

RESTAU'DE DANIELE

Paris

12h30 - 14h30

Tous les 2^{ème} lundi du mois
daniele@afa.asso.fr

PERMANENCE D'ECOUTE

Tournan

10h00 - 12h00

Tous les 3^{ème} jeudi du mois
afa77@afa.asso.fr

Sartrouville

Sur rendez-vous
relai-ecoute78@afa.asso.fr

FORUM ASSOCIATIONS

Levallois Perret

Venez rencontrer nos bénévoles afa et découvrir nos services

10h00 - 18h00

Dimanche 6 octobre



LES DIRECTS DE L'afa

2019

VIVRE SA SEXUALITÉ

MERCREDI

18 SEPTEMBRE

SANTÉ

BUCCO DENTAIRE

MERCREDI

30 OCTOBRE

ALIMENTATION LES RÉGIMES

DATE A
VENIR

18H30 - 19H15