

APPRENDRE S'INFORMER



RÉUNION MENSUELLE

Au coeur de la vie locale de notre association, apprendre, s'informer, et aussi échanger, se connaître, rompre la solitude.

AGENDA DANS LA LETTRE D'INFORMATION VDOPARK

Site de Saint Gratien: Centre culturel du Forum -
Place François Truffaut - 95210 Saint Gratien -
Salle Jean Hulin - 1er étage.

Agenda: 7/10 - 4/11 - 2/12/2025
6/1/ - 3/2 - 10/3 - 14/4 - 5/5/2026

GROUPE D'ÉCHANGES malades de PARKINSON

Avec Jérémie
Thézenas,
Infirmier en
Pratique
Avancée
Neurologie.

MARDI 21 octobre et 9 décembre 2025 - 14h/17h
CH S. Veil 95600 EAUBONNE

ÊTRE ACTEUR:

C'est donner son avis, un peu de son temps par
le bénévolat, témoigner, partager, agir.

UN FLASH INFO DÉPARTEMENTAL

« VDOPARK »

DANS VOS BOITES AUX LETTRES mail et poste
PLUSIEURS FOIS PAR AN.

ÊTRE ÉCOUTÉ SOUTENU



Tous les jours, toutes informations,
conseils dans le VAL D'OISE:

- 07 69 41 99 94 -

comite95@franceparkinson.fr

- Permanence: mercredi après-midi (surRV):

Maison des associations du Petit Château,
14 bd. du Petit Château, 95600 Eaubonne.

LA REVUE L'ÉCHO

4 numéros / an, sur abonnement.
le lien régulier entre nos avancées,
vos besoins et nos actions!



Association reconnue d'utilité publique

18, rue des Terres au Curé
75013 Paris

Tél.: 01 45 20 22 20

info@franceparkinson.fr



www.franceparkinson.fr



ÊTRE ADHÉRENT

C'est soutenir l'association, selon ses moyens,
plus nombreux, plus puissants!



FRANCE
PARKINSON

VAL D'OISE

Saison 2025/2026



3600 malades de PARKINSON

dans le VAL D'OISE:

NE RESTONS PAS SEULS!



07 69 41 99 94



comite95@franceparkinson.fr



12 allée de la Source 95320 Saint Leu la Forêt

PARTICIPER



LIEU: Stade Bernard Lama, 40 rue Edouard Vaillant, 93430 Villetaneuse. Tous les **VENDREDI, de 10H à 11H30.** Avec Sory Diaby, éducateur APA **Tarif:** 35€/an (33 séances), licence fédération athlétisme en plus. **Début: 26/9**

QI GONG



LIEU: Maison des associations du Petit Château, 14 bd. du Petit Château, 95600 Eaubonne. Tous les **MERCREDI, de 14h45 à 16h00.** Avec Marie Louise Vinel, enseignante Qi Gong **Tarif:** 100€/an (33 séances). **Début: 24/9**

LE MOUVEMENT DANSÉ



Le **MARDI 14H-16H** Toutes les 2 semaines. « Préfabriqué Ledoux », 3 avenue Saint Lambert **95600 Eaubonne** Avec Caroline Florentin Professeur de danse, formée CH Pitié Salpêtrière. **Calendrier: 30/09- 14/10 - 4 et 18/11 - 9 et 16/12/2025** Tarif: 60€ / an /18 séances



LA VOIX, LE CHANT

LIEU: LE DOUZE, 12 allée des Petits Pains **95800 CERGY le HAUT.** Avec Virginie Zayas, professeure de chant. **HORAIRE: LUNDI 14h15 - 15h45** Toutes les 2 semaines- Calendrier: 22/9 - 6/10 - 3/11 - 11/11 - 1/12 - 15/12/2025 - **Tarif: 48€ / an**



SOPHROLOGIE:

Centre Cyrano de Bergerac 95110 Sannois: - **VENDREDI 14h - 16h** . Cycle de 6 à 8 séances /trimestre - Avec Karine Thenet, sophrologue, membre du syndicat des sophrologues professionnels. **Agenda:** 12/9-19/9-3/10-17/10-14/11-28/11-12/12-,19/12/2025 -: **Tarif : 30€ / trimestre.**



TENNIS DE TABLE

SAMEDI MATIN 11h30 à 13h00
Gymnase de la gare
Boulevard oscar Thévenin 95220 HERBLAY
Avec Laurie Rosello, monitrice Tennis de table
TARIF: 90€ / an (Licence FFTT en plus) Début: 13/9

GYMNASTIQUE DOUCE:

Tous les lundis 14h30-15h30, PIPS de Deuil, 13/15 rue Nelson Mandela 95170 **Deuil la Barre.** Avec Alexandre Béquin, éducateur APA. **Tarif: 100 €/an/30 séances. Début: 29/9**



NOUVEAU

DJEMBÉ

pour malades et accompagnants
Tous les 15 jours le **MARDI** de 14h30 à 16h30, à la fondation Chaptal, 19 rue J.Lurçat 95200 **SARCELLES.** Rythme et bonne humeur garantis, avec Malika Abbes, professeure de Djembé ! **Tarifs: 18€/18 séances** - Participation financière par la fondation Chaptal qui nous accueille. Prêt de djembés par FP. **Agenda: 20/9-14/10-18/11-25/11-9/12-16/12/2025**



ART-THERAPIE

outil thérapeutique, pour développer ses capacités. Avec Catherine Fauche, psychologue. Un mardi par mois, 14h-16h, à **SANNOIS,** Centre Cyrano de Bergerac - **AGENDA:** 10/10 - 28/11 - 19/12:2025 **Tarif: 38€/3 séances.**



NOUVEAU

ÉCHANGER

(Prise en charge financière intégrale par France Parkinson)

LE CAFÉ JEUNES PARKINSON

Pour les malades en âge de travailler
LIEU: Maison des associations 95130 FRANCONVILLE

HORAIRE: Un lundi par mois, 19h - 21h

AGENDA : 8/9-6/10-3/11- 8/12/2025-12/1- 9/2 - 9/3 - 13/4 -11/5 - 8/6/2026 - Encadrement par Claire Brillon, psychologue, et Cécile Mangué, malade référente FP95

cafejp95@franceparkinson.fr - 07 49 52 17 54



ENTRE AIDANTS: GROUPE DE PAROLE

Agenda:
12/9,17/10,
14/11,
12/12/2025

Pour aidant - accompagnant de malade. Avec Catherine Fauche Psychologue - Le **VENDREDI** une fois par mois 14h00-15h30. Centre **CYRANO DE BERGERAC 95110 SANNOIS**



GROUPE DE PAROLE MALADES

Une fois par mois, des échanges entre malades, quelque soit l'ancienneté de la maladie. Avec Claire Brillon, psychologue. **À PONTOISE,** Salle Pêche, Maison des associations, parking centre ville. **Un mercredi / mois, 16h-18h**

AGENDA: 17/9/-15/10 -19/11-17/12/2025
21/1-18/2-18/3-15/4-20/5-17/6/2026

GROUPE DE PAROLE AIDANTS / AIDÉS

Les malades et leurs accompagnants, ensemble échanges d'expériences, encadrement par Florie Langlais, neuro psychologue. **LIEU:** Le Bout du Bar, 111 rue PV Couturier 95100 **ARGENTEUIL** **Un mardi /mois - 14h-16h. AGENDA:** 16/9 - 21/10 - 25/11 - 16/12/25 - 20/1 - 17/2 - 17/3 - 21/4 - 26/5 -16/6/25

NOUVEAU

Possibilité de s'inscrire en cours d'année, tarif au prorata. L'association et le conseil départemental participent au financement des activités, l'adhésion à FRANCE PARKINSON est nécessaire pour l'inscription (24€ par an).