



**l'Assurance
Maladie**
Agir ensemble, protéger chacun

Caisse régionale
Île-de-France



France AVC IdF, Association d'aide aux personnes victimes d'AVC vous propose de nombreuses activités

**Programme des groupes et des activités
de Juillet 2025 à Janvier 2026
proposés aux adhérents de France AVC IdF**

Merci de vous inscrire auprès du contact de l'activité choisie

**Pour plus de renseignements :
france-avc.idf@wanadoo.fr
et le site internet : www.franceavc-idf.fr**



France AVC IdF propose aux victimes d'AVC, à leur entourage & à leurs aidants



un accueil sur rendez-vous :

- au siège de l'association :
5 place du Colonel Fabien
75010 Paris
- au sein des bureaux annexes :
Centre hospitalier de Gonesse 95
Centre Hospitalier Sud Francilien
Corbeil-Essonnes 91
- au sein des permanences :
Centre Hospitalier de Versailles 78
Maison des séniors Saint-Maur-des
Fossés 94



Une écoute téléphonique :

- Siège : 07 87 07 40 69
- Bureau annexe :
Centre Hospitalier Sud Francilien
01 61 69 77 00



Le site internet :

- www.franceavc-idf.fr



Des courriels :

- Siège :
france-avc.idf@wanadoo.fr
- Bureaux annexes :
Gonesse :
alain.borel3005@gmail.com
Corbeil Essonnes :
france.avc@chsf.fr
jtourbillon91@hotmail.com



Les réseaux sociaux :

- Instagram : [france.avc.idf](https://www.instagram.com/france.avc.idf)
- Facebook :
France AVC Idf
- LinkedIn :
France AVC Île de France



Pour vous informer



Une lettre
trimestrielle
pour présenter
les activités
de France AVC IDF



Une gazette
annuelle avec
des mises au
point sur de
nombreux sujets



Des conférences,
chaque année,
lors de
l'assemblée générale
de l'association

GRUPE DE PAROLE - SAINTE-ANNE 75014

- **Jeudi 28 Août** : Relations sociales et AVC
- **Jeudi 25 Septembre** : Gérer sa fatigue
- **Jeudi 13 Novembre** : Couple et AVC
- **Jeudi 11 Décembre** : Sport et AVC avec Dr Valérie DOMIGO

Animé par Clémentine EMAER
et Hugo BISMUTH, neuropsychologues

GHU Paris (Sainte-Anne) 75014 - Horaire : 17 h 30
Contact: h.bismuth@ghu-paris.fr



GRUPE DE PAROLE - SAINTE-MARIE 75014

- **Samedi 20 Septembre**
- **Samedi 15 Novembre**
- **Samedi 10 Janvier 2026**

Animé par Florence PECHERY
patiente partenaire

Hôpital Sainte-Marie, 75014 - Horaire : 14h30
Contact: florence.pechery@gmail.com
06.86.16.95.85



ATELIER C.A. DANSE - SAINTE-MARIE 75014

- **Mercredi 17 Septembre**
- **Mercredi 1er & 15 Octobre**
- **Mercredi 5 & 19 Novembre**
- **Mercredi 3 & 17 Décembre**
- **Mercredi 7 & 21 Janvier 2026**

Animé par Flavie ANGOUSTURES
orthophoniste

Hôpital Sainte-Marie, 75014 - Horaire : 14h30
Contact: Anne MAES : anne.maes_guengant@icloud.com
06 80 44 49 84



ATELIER CÉRAMIQUE - 75014

- **Mardi 1^{er} Juillet**
- **Mardi 5 Août**
- **Mardi 2 Septembre**
- **Mercredi 3 Septembre**
- **Mardi 7 Octobre**
- **Mercredi 8 Octobre**
- **Mardi 4 Novembre**
- **Mercredi 5 Novembre**
- **Mardi 2 Décembre**
- **Mercredi 3 Décembre**
- **Mardi 6 Janvier**
- **Mercredi 7 Janvier 2026**

Animé par MARIJO – céramiste

Rue Bénard 75014
Horaires : Mardi : 10h30, 14h et 16h30 - Mercredi : 16h30
Contact: decor75@gmail.com



ATELIERS CHRRF LA CHÂTAIGNERAIE 75015

■ PILATES

Horaire : 17 h

- Vendredi 12 Septembre
- Lundi 6 Octobre
- Vendredi 7 Novembre

- Vendredi 5 Décembre

- Vendredi 9 Janvier 2026

■ BOXE ADAPTEE

Horaire : 17 h

- Vendredi 26 Septembre
- Vendredi 17 Octobre
- Vendredi 21 Novembre

- Vendredi 19 Décembre

- Vendredi 23 Janvier 2026

■ EQUILIBRE & RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Horaire : 16h30 et 17h15

- Jeudi 25 Septembre
- Jeudi 16 Octobre
- Jeudi 20 Novembre

- Jeudi 18 Décembre
- Jeudi 22 Janvier 2026

■ COMMENT DEBUTER OU REPRENDRE UNE ACTIVITE PHYSIQUE

Horaire : 16h45

- Jeudi 2 octobre
- Jeudi 15 janvier 2026



■ STRETCHING

Horaire : 17h et 18h

- Mercredi 10 Septembre
- Mercredi 15 Octobre

- Mercredi 5 Novembre

- Mercredi 10 Décembre

■ ZUMBA ADAPTEE

Horaire : 17h

- Mardi 30 Septembre
- Mardi 04 Novembre

- Mardi 16 Décembre

- Mardi 27 Janvier 2026



Animés par Hayette AKA, Sabine ZEMMOURI & Jordan OLIVIER, enseignants APA et Cécile GUILLAUME, Kinésithérapeute

48 Rue de la Convention – 75015 PARIS

Contact : anne.maes_guengant@icloud.com - 06.80.44.49.84

GROUPE CAFE PROMENADE 75

- Samedi 19 Juillet

Coulée verte

- Samedi 6 Septembre

Château de Chantilly

- Samedi 4 Octobre

Parc des Buttes Chaumont

- Samedi 8 Novembre

Grandes serres du jardin des Plantes

- Samedi 6 Décembre

Quartier du marais

- Samedi 10 Janvier 2026

Quai de Seine

Animé par Josée LEROYER, bénévole

Horaire : 10h30

Contact: joseeleroyer@yahoo.fr



GROUPE RENCONTRE & PARTAGE - LEVALLOIS 92

- Samedi 20 Septembre
- Samedi 15 Novembre
- Samedi 31 Janvier 2026

Animé par Nathalie BEGU, orthophoniste

Levallois-Perret, 92300. Horaire : 14h
Maison des associations 34 Rue Pierre Brossolette, 92300
Contact: begu.ortho@wanadoo.fr

GROUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS - LEVALLOIS 92

● Samedi 11 Octobre

● Samedi 29 Novembre

● Samedi 24 Janvier



Animé par Christina ROGAN, neuropsychologue
et Elisabeth BAK, bénévole

Levallois Perret, 92300. Horaire : 14h30
Maison des associations 34 Rue Pierre Brossolette, 92300
Contact: florence.pechery@gmail.com
06.86.16.95.85

GROUPE RENCONTRE & PARTAGE - ANTONY 92

● Samedi 13 Septembre

● Samedi 15 Novembre

Animé par Sophie JOUBERT, orthophoniste

Salle François Molé
Horaire : 14h 30 - Antony

Contact: Sophie Joubert - 06 15 07 58 56



GROUPE DE PAROLE – CRF Paris Nord ASNIERES 92

● Mercredi 24 Septembre

On n'est pas bien chez soi ?

● Mercredi 15 Octobre

A fond la forme ! Stop la fatigue

● Mercredi 19 Novembre

S'activer c'est gagné !

Ma vie sociale et mes loisirs

● Mercredi 17 Décembre

Prendre soin de moi

● Mercredi 21 janvier 2026

Ce que personne ne voit
mais que je vis



Animé par Marine BOISSEAU, ergothérapeute
et Marine BERTRAND, psychologue

CRF Paris Nord - 109-113 Quai du Dr Dervaux,
Asnières - Horaire : 16 h

Contact : marine.bertrand@meis.com

INITIATION A L'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE - BOBIGNY 93

- **Samedi 20 Septembre – 14 h**
Activités aquatiques en balnéothérapie
- **Samedi 11 Octobre – 14 h 30**
Sports de raquettes

- **Samedi 22 Novembre – 14 h**
Activités aquatiques en balnéothérapie
- **Samedi 17 janvier 2026 - 14h 30**
Sports collectifs

Animé par Assa KONATE
& Bora SAKIROGLU, Enseignants APA

CMPR de Bobigny - Horaire : 14 h 30
CMPR de Bobigny 359 Av.
Paul Vaillant-Couturier, 93000
Contact: akonate@fondationcos.org



ATELIERS - LE PRE SAINT-GERVAIS 93

■ BOXE ADAPTEE - 17 h



- Mercredi 2 Juillet
- Mercredi 3 Septembre
- Mercredi 1er Octobre

- Mercredi 5 Novembre
- Mercredi 3 Décembre

Animé par Katell LORAND-TROADEC, coach sportif

Contact : lorand_katell@yahoo.fr

■ YOGA - 17 h



- Jeudi 18 Septembre
- Jeudi 9 Octobre
- Jeudi 30 octobre

- Jeudi 27 Novembre
- Jeudi 18 Décembre

Animé par Claire SAVATTE, ergothérapeute

Contact : claire.savatte@gmail.com

Clinique du Pré Saint-Gervais 10 Rue Simonnot, 93300

GROUPE RENCONTRE & PARTAGE – SAINT MAURICE 94

- **Samedi 20 Septembre**
- **Samedi 15 Novembre**
- **Samedi 13 Décembre**

Animé par Eugénie TAVARES, ergothérapeute et
Patricia DARRACQ, patiente partenaire

Hôpitaux de Saint Maurice ,
12/14 Rue du Val d'Osne, 94410.
Horaire : 14h30

Contact: patoudarracq@hotmail.fr



GRUPE DE PAROLE – BOISSISE-LE-ROI 77



- **Jeudi 9 Octobre - 10h**

Alimentation et troubles de la déglutition après un AVC

- **Mardi 4 Novembre - 14h15**

Activités physiques adaptées et prévention de la perte d'autonomie

- **Jeudi 11 Décembre - 14h15**

La place de l'aidant auprès d'une personne AVC

Animé par des neuro-psychologues, orthophonistes, enseignants APA, ergothérapeutes, kinésithérapeutes

**Clinique des 3 Soleils,
19 Rue du Château, 77310**

Contact :
atelierfranceavc@les-trois-soleils.fr

GRUPE DE PAROLE – MANTES LA JOLIE 78



- **Mardi 7 Octobre**

- **Mardi 9 Décembre**

**CH François Quesnay, 2 Bd Sully, 78200
Horaire 14 h30**

Animé par un professionnel de santé

Contact : groupeparolemantes@gmail.com

GRUPE DE PAROLE – EVRY 91 CRF Champs-Élysées

- **Mardi 7 Octobre**

Reprise de la conduite automobile après un AVC



- **Mardi 18 Novembre**

Atelier Bien-être

Animé par Dr Hichem MOUSSA,
médecin MPR

Animé par Anne Fleur JEAN-BAPTISTE,
socio-esthéticienne

CRF Champs-Élysées – 5 rue de la Clairière. Évry-Courcouronnes.

Contact : jtourbillon91@hotmail.com

BOXE ADAPTEE - CHRRF LA CHATAIGNERAIE. MENU COURT 95

- **Mercredi 17 Septembre**

- **Mercredis 1^{er}, 15 et 29 Octobre**

- **Mercredis 5 et 19 Novembre**

Animé par Nadir BENTOUTA,
enseignant en sport loisir
et Marine LEBEAUX, ergothérapeute



- **Mercredis 3 et 17 Décembre**

- **Mercredis 7 et 21 Janvier 2026**

**Horaire : 17 h
CHRRF La Châtaigneraie
rue Bernard Astruc, 95180**

Contact : anne.maes_guengant@icloud.com

GRUPE VISIO - POUR LES PARENTS D'ENFANTS VICTIMES D'AVC

- **Samedi 11 Octobre**

- **Samedi 24 Janvier 2026**

Horaire 14 h

Groupe de parole animé par Elodie
JACQUELET, psychologue

Contact : joseeleroyer@yahoo.fr

Vous avez été victime d'un AVC ? Vous êtes un proche ? Rejoignez nous !

**France AVC Ile-de-France est votre association
Comment nous aider ou participer ?**



En devenant bénévole

Venez nous aider dans nos missions

- **accompagner les personnes victimes d'AVC, les familles et les aidants,**
- **mener des actions de prévention et d'information sur l'AVC**
- **accomplir des tâches administratives ou autres.**

Contactez-nous :

france-avc.idf@wanadoo.fr



En adhérant (30€) ou en faisant un don

2 possibilités

- 1** Le paiement en ligne en vous rendant sur notre site internet : <https://franceavc-idf.fr> ou en scannant ce QR Code
- 2** Le paiement par chèque en envoyant ce formulaire complété à France AVC IdF, 5 Place du colonel Fabien 75010 Paris (chèque libellé à France AVC IdF)



Pour chaque adhésion ou don, vous recevrez un reçu fiscal donnant droit à une déduction de 66% de votre impôt sur le revenu (à hauteur de 20% du revenu net imposable)