

Programme des groupes et des activités de Juillet 2026 à Janvier 2027



France AVC IdF,
association d'aide aux personnes
victimes d'AVC propose à ses adhérents
de nombreuses activités



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

Caisse régionale
Île-de-France

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



Bien vivre après l'AVC

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
06 07 30 48 95



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

Les groupes de parole, de partage et d'activités de France AVC île de France



L'association France AVC IdF propose aux patients, à leur entourage et à leurs aidants des groupes d'activités (groupes de parole, de partage, activités artistiques et sportives ...) pour faciliter la reprise du lien social.

Répartis sur 17 sites de l'ensemble de l'île de France

pour en faciliter l'accès, ce sont 128 groupes qui se réuniront durant le second semestre 2026, ouverts sous condition d'adhésion à l'association.

- Et toujours

2 groupes de parole en visio

- l'un pour les jeunes patients AVC, animé par N Lévy Melville, neuropsychologue
- l'autre pour les parents d'enfants victimes d'AVC animé par E Jacquelet, psychologue

Pour répondre au plus près des attentes des patients et des aidants, nous proposons pour ce second semestre, deux nouveaux groupes de parole :

- au Perreux (94) animé par P. Darracq, patiente partenaire,
- à Créteil (94) animé par S Gomes Esteves, infirmière de pratique avancée

Deux nouvelles activités :

- à Lariboisière (75), des ateliers à médiation artistique animés par C Rambaud, Art thérapeute et R Liraque
- à Créteil (94), des ateliers de sophrologie, animé par S Sosthène, sophrologue

Pour participer à ces activités, vous devez :

- **adhérer** à l'association pour un montant de 30 euros avec déduction fiscale de 66 % , il vous en coutera donc 10 euros pour l'année. Cette adhésion vous donne accès à tous les groupes pour l'année, quel que soit le nombre d'activités que vous choisirez. Elle est indispensable pour que vous profitiez de la garantie d'assurance souscrite pour ces activités.

- **impérativement vous inscrire** auprès du contact du responsable de l'activité choisie, grâce à l'adresse mail ou au numéro de téléphone indiqués sur les programmes et ce, pour chaque participation.

Vous pouvez aussi **faire un don**
pour soutenir nos actions.



PARIS-75

GRUPE DE PAROLE - SAINTE-ANNE 75014

- **Jeudi 17 septembre** : Fatigue
- **Jeudi 5 Novembre** : Dissection avec Dr C Isabel, Neurologue
- **Jeudi 26 Novembre** : Sexualité
- **Jeudi 10 Décembre** : Identité

Animé par Pauline NARME
et Hugo BISMUTH, neuropsychologues



GHU Paris Sainte-Anne - 75014 - Horaire : 17h30

Contact: h.bismuth@ghu-paris.fr

GRUPE DE PAROLE - SAINTE-MARIE 75014

- **Samedi 26 Septembre**
Peut-on réduire la fatigue post-AVC ?
- **Samedi 14 Novembre.**
Comment apprivoiser ses émotions ?
- **Samedi 9 Janvier**

Animé par Florence PECHERY
patiente partenaire

Hôpital Sainte-Marie, 75014 - Horaire : 14h30

Contact: florence.pechery@gmail.com
ou 06.86.16.95.85



TROUBLES VISUELS APRES UN AVC - SAINTE-MARIE 75014

- **Mercredi 16 Septembre**
- **Mercredi 16 Décembre**
- **Mercredi 21 Octobre**
- **Mercredi 20 Janvier**
- **Mercredi 18 Novembre**

Animé par Marine Meunier
neuropsychologue

Horaire : 16h

Hôpital Sainte-Marie, 75014

Contact: Anne MAES : anne.maes_guengant@icloud.com



PARIS-75

ATELIER C.A. DANSE - SAINTE-MARIE 75014

- Mercredi 30 Septembre
- Mercredi 14 Octobre
- Mercredi 4 & 18 Novembre
- Mercredi 2 & 16 Décembre
- Mercredi 6 & 20 Janvier

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 7 Juillet
- Mercredi 8 Juillet
- Mardi 4 Août
- Mercredi 5 Août
- Mardi 1er Septembre
- Mercredi 2 Septembre
- Mardi 6 Octobre
- Mercredi 7 Octobre
- Mardi 3 Novembre
- Mercredi 4 Novembre
- Mardi 1er Décembre
- Mercredi 2 Décembre
- Mardi 5 Janvier
- Mercredi 6 Janvier

Animé par MARIJO – céramiste

Rue Bénard, 75014

Horaires : Mardi : 10h, 14h et 16h30 - Mercredi : 16h30

Contact: decor75@gmail.com



GRUPE CAFE PROMENADE 75

- Samedi 5 Septembre
Parc des Buttes Chaumont
- Samedi 3 Octobre
Canal St Martin 2me partie
- Samedi 7 Novembre
Serres du Jardin des Plantes
- Samedi 5 Décembre
Quartier de la Madeleine
- Samedi 8 Janvier
Hôtel de ville Marais

Animé par Josée LEROYER, bénévole

Horaire : 10h30

Contact: joseeleroyer@yahoo.fr



PARIS-75

ATELIER A MEDIATION ARTISTIQUE - LARIBOISIERE 75010

- Lundi 21 Septembre
- Lundi 12 Octobre
- Lundi 16 Novembre
- Lundi 14 Décembre
- Lundi 18 janvier

Animé par Constance RAMBAUD,
Art thérapeute, et Reïnette LIRAQUE

Hôpital Lariboisière, 75010 - Horaire : 15h30

Contact: sandra.le-morvan@aphp.fr



ATELIERS CHRRF LA CHÂTAIGNERAIE 75015

■ PILATES Horaire : 12 h

- Vendredi 11 septembre
- Vendredi 9 octobre
- Vendredi 6 novembre
- Vendredi 4 décembre
- Vendredi 15 janvier 2027

■ BOXE ADAPTEE Horaire : 12 h

- Mercredi 9 Septembre
- Mercredi 7 Octobre
- Mercredi 4 Novembre
- Mercredi 2 Décembre
- Mercredi 13 Janvier

■ EQUILIBRE & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Horaire : 17 h

- Jeudi 10 Septembre
- Jeudi 17 Septembre
- Jeudi 8 Octobre
- Jeudi 15 Octobre
- Jeudi 5 Novembre
- Jeudi 19 Novembre
- Jeudi 03 Décembre
- Jeudi 10 Décembre
- Jeudi 14 Janvier
- Jeudi 21 Janvier

■ COMMENT DEBUTER OU REPREDRE UNE ACTIVITE PHYSIQUE Horaire : 17 h

- Jeudi 24 Septembre
- Jeudi 17 Décembre

■ STRETCHING

- Mercredi 23 Septembre
- Mercredi 14 Octobre
- Mercredi 16 Décembre

■ ZUMBA ADAPTEE Horaire : 17h

- Mardi 21 Juillet
- Mardi 25 Août
- Mardi 15 Septembre
- Mardi 13 Octobre
- Mardi 17 Novembre
- Mardi 15 Décembre
- Mardi 12 Janvier



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

Département 92

GRUPE RENCONTRE & PARTAGE - LEVALLOIS 92



- Samedi 26 Septembre
- Samedi 14 Novembre
- Samedi 30 Janvier

Animé par Nathalie BEGU,
orthophoniste

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

GRUPE DE PAROLE POUR LES AIDANTS - LEVALLOIS 92

- Samedi 10 Octobre
- Samedi 28 Novembre
- Samedi 23 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



GRUPE DE PAROLE - CRF Paris Nord ASNIERES 92

- Mercredi 16 Septembre
La fatigue
- Mercredi 14 Octobre
Les relations sociales
- Mercredi 18 Novembre
Le handicap invisible

Animé par Marine BERTRAND, psychologue et
Marine BOISSEAU, ergothérapeute



CRF Paris Nord - 109-113 Quai du Dr Dervaux, Asnières - Horaire : 16 h
Contact : marine.bertrand@demeis.com

Département 93

INITIATION A L'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE - BOBIGNY 93



■ Horaire : 14 h

- Samedi 26 Septembre
Activités aquatiques
- Samedi 7 Novembre
Sports collectifs, Equilibre
- Samedi 28 Novembre
Activités aquatiques
- Samedi 12 Décembre
Sports de raquette

Animé par Assa KONATE
& Bora SAKIROGLU, Enseignants APA

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



ATELIER BOXE ADAPTÉE - LE PRE SAINT-GERVAIS 93

■ Horaire : 17 h

- Mercredi 23 Septembre
- Mercredi 18 Novembre
- Mercredi 21 Octobre
- Mercredi 16 Décembre



Animé par Katell LORAND-TROADEC, coach sportif

Contact : lorand_katell@yahoo.fr
Clinique du Pré Saint-Gervais 10 Rue Simonnot, 93300

GROUPE DE PAROLE - ROMAINVILLE - 93

■ Horaire : 14h30

- Mardi 6 Octobre
La compréhension
des émotions après un AVC
- Mardi 8 Décembre
Le sommeil depuis mon AVC

Animé par Sibylle GUEMON, Aude MOLAND
et Méлина ARENATE, neuropsychologues



Contact : neuropsychogroupe.irr@lna-sante.com
Institut de Réadaptation de Romainville . 140, rue Paul de Kock, 93230

Département 94

GRUPE RENCONTRE & PARTAGE - SAINT MAURICE 94

- Horaire : 14h30 ● Samedi 10 Octobre ● Samedi 9 Janvier
● Samedi 21 Novembre

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

Hôpitaux de Saint Maurice,
12/14 Rue du Val d'Osne, 94410.
Contact : patoudarracq@hotmail.fr



GRUPE DE PAROLE - LE PERREUX - 94

- Horaire : 10h ● Samedi 26 Septembre ● Samedi 28 Novembre



Groupe animé par Patricia Darracq,
patiente partenaire

Conservatoire Maurice Ravel, 62 Av. Georges
Clemenceau, 94170

Contact : solidarite@leperreux94.fr ou 01 48 71 53 82

GRUPE DE PAROLE - CRETEIL - 94

- Horaire : 10h ● Lundi 7 Septembre ● Lundi 02 Novembre
● Lundi 28 Septembre ● Lundi 30 novembre



Animé par Simone GOMES ESTEVES
infirmière de pratique avancée.



CHU Henri Mondor, Espace Bulle, 1 Rue Gustave Eiffel, 94000

Contact: melanie.pimentel@aphp.fr

ATELIER SOPHROLOGIE - CRETEIL - 94

- Horaire : 12h
Cycles de 5 séances les lundis
Cycle 1 : du 21 Septembre au 19 Octobre
Cycle 2 : du 9 Novembre au 7 Décembre
Cycle 3 : du 11 Janvier au 8 Février

Animé par Sandy SOSTHENE,
sophrologue

CHU Henri Mondor, Service de Neurologie, 1 Rue Gustave Eiffel, 94000

Contact: Sandy SOSTHENE, sandy.sophrologue@gmail.com ; 06 30 65 52



Départements 78, 91, 95

GRUPE DE PAROLE - MANTES LA JOLIE 78

Horaire 14 h

- Mardi 6 Octobre
- Mardi 8 Décembre

Animé par un professionnel de santé

CH François Quesnay, 2 Bd Sully, 78200

Contact : groupeparolemantes@gmail.com

GRUPE EVRY - Clinique de l'Essonne - 91

Horaire : 14 h Reprise de la conduite automobile

- Lundi 23 Novembre
- Lundi 7 Décembre

Animé par Dr Hichem MOUSSA, médecin MPR

Estime de soi

- Vendredi 4 Septembre
- Vendredi 27 Novembre
- Vendredi 15 Janvier

Animé par Anne Fleur JEAN-BAPTISTE, socio-esthéticienne

● Atelier de sophrologie

Ce groupe animé par Sandy SOSTHENE, sophrologue, débutera en Septembre
Plus d'informations sur le site internet de l'association : <https://franceavc-idf.fr>

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

Contact : jtourbillon91@hotmail.com

BOXE ADAPTEE - CHRRF LA CHATAIGNERAIE. MENU COURT 95

- Mercredi 2, 16 & 30 Septembre
- Mercredi 14, 21 & 28 Octobre
- Mercredi 4, 18 & 25 Novembre

Animé par Nadir BENTOUTA, Instructeur en boxe pieds-poings, Marine LEBEAUX, ergothérapeute et Sandra STRADELLA, kinésithérapeute

- Mercredi 9 & 16 Décembre
- Mercredi 6, 20 & 27 Janvier

Horaire : 17 h

**CHRRF La Châtaigneraie
rue Bernard Astruc, 95180**

Contact : bentouta.nadir@orange.fr
ou 06 03 47 68 68

POUR LES JEUNES VICTIMES D'AVC

Horaire : 17 h 30

- Lundi 6 Juillet
- Lundi 7 Septembre
- Lundi 5 Octobre
- Lundi 2 Novembre
- Lundi 7 Décembre
- Lundi 4 Janvier

Groupe de parole animé par Naomi LEVY MELVILLE, neuropsychologue

Contact : naomi.y.melville@gmail.com

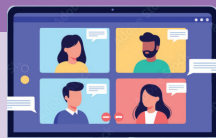
POUR LES PARENTS d'enfants victimes d'AVC

- Samedi 6 octobre

Horaire 14 h

Groupe de parole animé par Elodie JACQUELET, psychologue

Contact : Mariana PETIT <mp7599@gmail.com>



Les fiches de France AVC Île-de-France



A l'issue des groupes traitant des problématiques spécifiques de l'AVC, vous serez remis des fiches synthétisant les difficultés que vous pouvez rencontrer et quelques moyens d'y remédier. Sur chacune, une attention particulière est portée aux aidants pour faciliter leur accompagnement.

- Qu'est-ce qu'un AVC ?
- Prévenir un AVC c'est possible !
- Prévenir une récurrence d'AVC c'est possible !
- La fatigue avec son agenda
- Les troubles de l'humeur et du comportement
- Les troubles du langage et de la communication
- Les troubles cognitifs post AVC, leur face cachée
- Handicap visuel post AVC
- Sport, exercice physique et AVC
- Peut-on reprendre la conduite automobile après un AVC ?
- Santé orale et AVC
- Auto-rééducation après l'AVC et progresser dans toutes les activités quotidiennes
- Vivre avec la spasticité après l'AVC
- Vivre après un AVC, quand la vie intime reprend ses droits

France AVC Ile de France , c'est aussi la prévention des AVC, l'information de tous les publics et la transmission de la voix des patients auprès des tutelles



Nous informons sur :

- l'importance de connaître les symptômes de l'AVC et l'urgence de l'appel au 15 ,
- les bonnes conduites qui peuvent prévenir 80 % des AVC.

Nous intervenons :

- au cours des conférences grand public
- au sein du BUS AVC qui sillonne l'Île de France depuis 2016 pour rencontrer les personnes éloignées du système de soin,
- dans les classes de CM2 pour sensibiliser les enfants,
- dans le cadre de formation des futurs professionnels de santé.



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à consulter le site de France AVC IdF et ses pages Instagram, Facebook et LinkedIn

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
Chèque libellé à France AVC IdF,
5 Place du Colonel Fabien 75010 Paris



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)