

# LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES

L'Instant Répit



## LES ATELIERS

sur inscription

JUIN

### CAFÉ DES AIDANTS

**Jeudi 04 juin : 14h00-16h00**  
**Co-animation**

Bonjours, la Maison des Aidants  
Travailleur social, psychologue



Hôtel ibis Styles Alès Centre Cévennes

### GROUPE DE PAROLE

**Parents :**

**Jeudi 04 juin : 13h45-15h15**

Animé par Marine Cogoluegnes,  
Association Entr'Ouvrir

### ÉCRITURE

**Lundi 08 juin : 09h30-11h30**  
**Lundi 22 juin : 09h30-11h30**

Animé par Ennola Weber, Psychologue  
→ Proche aidant seul

### ART-THÉRAPIE

**Mercredi 10 juin : 09h30-11h30**  
**Mercredi 24 juin : 09h30-11h30**

Animé par Valérie Chazalon, Art Thérapeute  
→ Binôme aidant/aidé

### SOPHROLOGIE

**Mardi 16 juin : 10h30-12h00**

Animé par Martine Almodovar, Sophrologue  
→ Proche aidant seul



EHPAD Résidence SAMDO Rochebelle

### CHANT

**Vendredi 19 juin : 10h00-11h30**

Animé par Ingrid Monserrat Légal  
→ Binôme aidant/aidé

### RÉALITÉ VIRTUELLE

**NOUVEAUTÉ**

**Mardi 23 juin : 09h30-11h30**

Animé par Élodie Belmonte,  
Animatrice  
→ Proche aidant seul

### SOCIO-ESTHÉTIQUE

**NOUVEAUTÉ**

**Jeudi 25 juin : 10h00-11h30**

Animé par Sandrine Noguera,  
socio-esthéticienne  
→ Proche aidant seul

Où ?

L'Instant Répit vous accueille  
du **lundi** au **vendredi**  
de **9h00 à 12h00** et de **14h00 à 17h00**

☎ 06 47 21 24 67

✉ [maisondesaidants.gc@filieris.fr](mailto:maisondesaidants.gc@filieris.fr)



24 place des Martyrs  
de la Résistance  
30100 ALES