LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES

L'Instant Répit

DÉCEMBRE

LES ATELIERS

sur inscription

ART-THÉRAPIE

Mercredi 02 décembre : 09h30-11h30
Mercredi 16 décembre : 09h30-11h30

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

CAFÉ DES AIDANTS

Jeudi 03 décembre : 14h00-16h00
Co-animation
Bonjours, la Maison des Aidants
Travailleur social, psychologue

Hôtel ibis Styles Alès Centre Cévennes

FIBRO'CAFÉ

Vendredi 04 décembre : 14h00-17h00

Animé par Cindy Niçoise et Francine Fromentin, Association Fibromyalgie

ÉCRITURE

Lundi 07 décembre : 09h30-11h30
Lundi 14 décembre : 09h30-11h30

Animé par Ennola Weber, Psychologue
→ Proche aidant seul

SOPHROLOGIE

Mardi 08 décembre : 10h30-12h00
Animé par Martine Almodovar, Sophrologue
→ Proche aidant seul

EHPAD Résidence SAMDO Rochebelle

QUIZZ DE NOËL

Mardi 15 décembre
14h30 - 16h30

Animations jeux et chant
→ Binôme aidant/aidé



CHANT

Vendredi 18 décembre : 10h00-11h30

Animé par Ingrid Monserrat Légal
→ Binôme aidant/aidé

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

24 place des Martyrs
de la Résistance
30100 ALES