



ATELIERS/FORMATION

Atelier informatique

Animé par Jean-Baptiste Fauvage
les mercredis 22 et 29 mai
de 13h30 à 15h30

Gratuit sur inscription

Renseignements et inscriptions :

07.86.21.39.62

Accueil physique et téléphonique
 du lundi au vendredi de 9h à 12h
 et de 13h30 à 17h.

contact@maisondesaidants.fr



Café des Aidants itinérant

Animé par Marine et Sandra, le Café des Aidants est un temps convivial d'échange et d'information sur différentes thématiques autour d'un café.

Venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

Vendredi 3 mai

« Comment gérer quand on se sent coupable ? »

EHPAD « les lauriers »

Rue de Boulay Longeville-les-St Avold

à 10h

EHPAD « Ste Elisabeth »

14A rue Eugène Kloster Freyming

à 13h30

Gratuit

SOUTIEN

Groupe de parole

Animé par Marine Bailly
 psychologue chez France
 Alzheimer

Vendredi 3 mai

De 15h30 à 17h30

**Réservé aux adhérents France
 Alzheimer**

Groupe de parole

Animé par Claire Wilmouth,
 « Balade au parc en pleine
 conscience »

Vendredi 24 mai

De 14h à 16h

Gratuit sur inscription

Théâtre

Animé par la troupe
 «Zellig Art Oratoire »
Jeudi 16 mai à 14h

Gratuit sur inscription

Soutien entre pairs

Café rencontre à destination des
 Aidants et de leurs proches :

**Le lundi 13 mai
 et le jeudi 30 mai
 à partir de 14h**

Gratuit sur inscription

Accompagnement individuel

Entretien sur RDV avec la monitrice
 éducatrice ou la psychologue

Gratuit sur rendez vous

REPIT/ BIEN-ETRE

Atelier Socio-esthétique

En collaboration avec **Murielle Viala**, nous vous proposons des ateliers de socio-esthétique. L'objectif est de permettre à l'aidant de se ressourcer et de profiter de l'ici et maintenant.

Atelier collectif

Mercredi 15 mai à 14h

« Atelier de gymnastique faciale »

Séances individuelles

**Mercredi 29 mai
à partir de 9h30**

**Séance individuelle participation
de 5 euros**

Kinésiologie

En collaboration avec **Séverine Fratoni**, nous vous proposons une séance de « kinésiologie collective », pour favoriser un état de bien-être et d'équilibre mental, physique et social

le lundi 6 mai à 14h

Gratuit sur inscription

Sophrologie

Séances collectives animées par
Béatrice Krause

**Les mardi 14, 21 et 28 mai
à 14h30**

Gratuit sur inscription

Art Thérapie

Séances collectives
Animées par Kerja Pierret

Atelier Aidants
**Le lundi 27 mai
De 14h à 15h30**

Gratuit sur inscription

Yoga du rire

En collaboration avec
Claudine Donner Liégeois,
Le vendredi 17 mai à 14h

Gratuit sur inscription

Atelier créatif

Atelier tricot /crochet/couture

**Mardi 7 mai à 14h
et jeudi 23 mai à 14h**



Atelier Bricolage

**Mardi 14 mai à 10h
et Mardi 28 mai à 10h**



Gratuit sur inscription

