

LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES



« L'instant répit » vous accueille
24 place des Martyrs de la Résistance - 30100 ALES

Du lundi au vendredi
09h00 à 12h00 / 14h00 à 17h00



JANVIER 2025



ALES



◆ FIBRO CAFÉ

Vendredi 03 janvier de 14h00 à 17h00

Animé par Cyndi Niçoise et Francine Fromentin
Association Fibromyalgie

Instant Répit - Maison des Aidants



◆ CAFÉ DES AIDANTS

À destination du proche aidant seul

Jeudi 09 janvier de 14h00 à 16h00

Co-animation Bonjours et la Maison des aidants
Travailleur social et psychologue

Instant Répit – Maison des aidants



◆ ATELIER ART THÉRAPIE

Mercredi 15 janvier de 09h30 à 11h30

Mercredi 29 janvier de 09h30 à 11h30

Animé par Valérie Chazalon - Art Thérapeute

Instant Répit – Maison des Aidants



◆ FORMATION DES PROCHES AIDANTS

Les jeudis 16, 23 et 30 janvier : 09h30 à 11h30

« Prendre soin de SOI pour prendre soin de L'AUTRE »

Instant Répit – Maison des Aidants



◆ ATELIER SOPHROLOGIE

Mardi 21 janvier de 10h30 à 12h00

Animé par Martine Almodovar – Sophrologue

EHPAD Résidence SAMDO Rochebelle
17 Rue des Châtaigniers – 30100 ALES

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

06 47 21 24 67 | 04 28 66 02 00

maisondesaidants.gc@filieris.fr

LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES PROPOSE

À DOMICILE SUR RENDEZ VOUS

Afin de rencontrer les proches aidants isolés géographiquement
ou présentant des difficultés de mobilité



ANDUZE

- ◆ **CAFÉ DES AIDANTS**
Jeudi 09 janvier de 09h30 à 11h30
Co-animation Bonjours et la Maison des aidants
Travailleur social et psychologue

Au sein du café « Le Petit Jardin »
20 Plan de Brie – 30140 ANDUZE



PERMANENCE SUR RENDEZ-VOUS

Maison France Services
19 Rue du Luxembourg
30140 ANDUZE



LA GRAND COMBE

PERMANENCES SUR RENDEZ-VOUS

Association des Familles (ADF)
03 rue Emile Zola
30 110 LA GRAND COMBE



BESSEGES

- ◆ **LE « RENDEZ-VOUS DES AIDANTS »**
Jeudi 16 janvier de 14h00 à 15h30
Co-animation Amaëlles et la Maison des aidants
Psychologues

PERMANENCE SUR RENDEZ-VOUS

AMAËLLES
17 rue Albert Chambonnet
30360 BESSEGES



PERMANENCE D'AIDE AUX AIDANTS

Renseignements :

Maison Départementale des Personnes Handicapées
Tél : 04 66 05 42 00
Mail : mdph@gard.fr
Internet : handicap.gard.fr

