



LE PROGRAMME DU MOIS DE L'AIDANT 1^{ER} AU 31 OCTOBRE 2024

ATELIERS, RENCONTRES, THÉÂTRE,
PROJECTIONS ET DÉBATS
DANS TOUTE LA SEINE-ET-MARNE

PLUS D'INFORMATIONS
EN FLASHANT LE QR CODE



01 64 79 73 29

Une ligne dédiée aux aidants de 9 h à 17 h
du lundi au vendredi (coût d'un appel local)



seine & marne
LE DÉPARTEMENT

NEMOURS

Ateliers bien-être



Mardi 1^{er} octobre 2024 de 10 h à 17 h



Salle polyvalente de Chaintreaux
13, rue de la Mairie - 77460 Chaintreaux

Tout au long de la journée, nous vous proposons des ateliers individuels ou collectifs :

- Massages assis ou allongés
- Esthétique (création d'un baume pour les mains, soins visage et mains)
- Relaxation Qi Gong et bols chantants
- Gestes et posture avec un ergothérapeute
- Stands d'informations pour les aidés et les aidants
- Moment convivial sur la pause déjeuner

ateliers gratuits, places limitées, sur inscription :

sapha_nemours@departement77.fr

01 60 55 20 58



Groupe « parole partagée »

groupe de parole en faveur des aidants

jeudi 12 septembre, jeudi 10 octobre, jeudi 14 novembre,
jeudi 12 décembre, le matin

MDS de Nemours (annexe DPR)
15, rue de Foljuif - 77140 Saint-Pierre-lès-Nemours

sur inscription :

sapha_nemours@departement77.fr

ou 01 60 55 20 58

