



ESCALE DES AIDANTS

SENIORS



- *Vous êtes un proche aidant une personne de votre entourage, vous n'êtes ni professionnel ni bénévole, Escale des aidants vous accompagne et vous propose des activités.*

**PRENDRE SOIN DE SOI
POUR MIEUX PRENDRE SOIN DE L'AUTRE**



SIDSCAVAR

Syndicat Intercommunal pour le Développement Social
des CAntons de Villeneuve lès Avignon et Roquemaure

www.sidscavar.com



Escale des aidants vous propose
des ateliers :

SOPHROLOGIE

GYM DOUCE

ATELIER NUMÉRIQUE

à proximité de chez vous, dans
une ambiance conviviale pour :

- se ressourcer, se détendre,
- découvrir et pratiquer une activité,
- échanger avec des personnes connaissant des situations proches.

**2 RENDEZ-VOUS
HEBDOMADAIRES**

**le mardi et
le vendredi
de 14h00 à 18h00**

Base de loisirs
"Les Cigales"
3201 Route d'Avignon
30650 Rochefort
du Gard

RENSEIGNEMENTS

SIDSCAVAR

Base de loisirs " Les Cigales "
3201 route d'Avignon
30650 Rochefort du Gard

tél : **07 55 59 82 53**
mail : **seniors@sidscava.com**

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



www.sidscavar.com

Une initiative des communes de : Les Angles - Pujaut - Rochefort
du Gard - Sauveterre - Saze - Villeneuve lès Avignon

Rassemblées au sein du Syndicat Intercommunal pour le
Développement Social des CANTons de Villeneuve lès Avignon
et de Roquemaure

Qui dispose de compétences dans le domaine de :

-  Emploi et insertion socio-professionnelle
-  Petite enfance
-  Enfance et jeunesse
-  Seniors