LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES

L'Instant Répit

LES ATELIERS

sur inscription

DÉCEMBRE

CAFÉ DES AIDANTS

Jeudi 04 décembre : 14h00-16h00

Co-animation
Bonjours, la Maison des Aidants
Travailleur social, psychologue

Hôtel Campanile Alès Centre

GROUPE DE PAROLE PARENTS

Jeudi 04 décembre : 13h45-15h15

Animé par Marine Cogoluegnes, Association Entr'Ouvrir

ART THÉRAPIE

Mercredi 03 décembre : 9h30-11h30
Mercredi 17 décembre : 9h30-11h30

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

SOPHROLOGIE

Mardi 09 décembre : 10h30-12h00

Animé par Martine Almodovar, Sophrologue
→ Proche aidant seul

EHPAD Résidence SAMDO Rochebelle

CHANT

Vendredi 12 décembre : 10h00-11h30

Animé par Ingrid Monserrat Légal
→ Binôme aidant/aidé

JOUR DE FÊTE

PARTICIPEZ ENSEMBLE À UN ATELIER CONVIVIAL DE FÊTE ET DE RADIO !

vendredi 12 décembre : 14h30-16h30

Animé par Tom Crebassa
→ Binôme aidant/aidé

ÉCRITURE

Lundi 15 décembre : 09h30-11h30

Animé par Ennola Weber, Psychologue
→ Proche aidant seul

GOÛTER DE NOËL

Jeudi 18 décembre 2025
14h30 - 16h30

Animations jeux et chant
→ 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

LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES

L'Instant Répit

DÉCEMBRE

PERMANENCES

sur rendez-vous

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 **France Alzheimer Gard** 14h00 - 16h00	2	3 **SAVS De l'Oustalado Unapei 30** 09h00 - 11h00	4	5 **PFR** 09h00 - 12h00 **Communauté 360** 09h30 - 12h00
8	9 **APF** 14h00 - 16h00	10	11 **CROP** 09h00 - 12h00	12
15	16	17 **APS** 09h00 - 12h00 **Fibromyalgie** 09h00 - 12h00	18	19 **Communauté 360** 09h30 - 12h00
22	23	24	25	26
29	30	31		

06 47 21 24 67
maisondesaidants.gc@filieris.fr
24 place des Martyrs de la Résistance
30100 ALES

LA MAISON DES AIDANTS PORTE DES CÉVENNES

L'Instant Répit

PROCHE DE CHEZ VOUS

DÉCEMBRE

ATELIERS SUR INSCRIPTION

Anduze - Café des aidants

Jeudi 06 décembre : 09h30-11h30

Co-animation
Bonjours, la Maison des Aidants
Travailleur social, psychologue

Au sein du café "Le Petit Jardin"

La Grand'Combe - Atelier créatif

Mercredi 10 décembre : 14h30-16h30

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

Au sein de l'Association des Familles

Bessèges- Rendez-vous des aidants

Jeudi 18 décembre : 14h00-15h30

Co-animation
Amaëlles, la Maison des Aidants
Psychologues

Au sein d'AMAËLLES

PERMANENCES SUR RENDEZ-VOUS

Le dernier lundi du mois de 09h30 à 12h00

MAISON FRANCE SERVICES
19 Rue du Luxembourg
30140 ANDUZE

Tous les mardis de 09h00 à 12h00

ASSOCIATION DES FAMILLES
03 rue Emile Zola
30110 LA GRAND COMBE

Le 3ième jeudi du mois de 09h30 à 12h00

AMAËLLES
17 rue Albert Chambonnet
30160 BESSEGES