

Bonjour à tous,

C'est l'été au Nid des Aidants, la convivialité continue sous le soleil !

En cette période estivale, les ateliers se poursuivent.

Le Nid des Aidants vous propose désormais un programme mensuel des activités de bien-être et de répit.

Les activités sont gratuites et les inscriptions obligatoires par mail pfr.centre@lna-sante.com ou par téléphone au 07 89 00 52 72.

Partager, échanger, se retrouver, prendre un temps de répit, n'attendez plus pour vous ressourcer !

LES ACTIVITES DU MOIS DE JUILLET



<p>Gym douce adaptée (Aidant/Aidé Ou Aidant seul)</p>	<p>Vendredi 5 Juillet 14h30- 15h30</p>	<p>Entour'âge 29 Rue Anatole France LA ROCHE SUR YON</p>
<p>Atelier d'écriture créative/Expression par les mots (Aidant/Aidé Ou Aidant seul)</p>	<p><i>Thème : Souvenirs d'été</i> Mardi 9 Juillet 14h30- 16h</p>	<p>Entour'âge 29 Rue Anatole France LA ROCHE SUR YON</p>
<p>Mercredi des Aidants (Aidant seul)</p>	<p>Mercredi 10 Juillet 15h00- 17h</p>	<p>Entour'âge 29 Rue Anatole France LA ROCHE SUR YON</p>

LES ACTIVITES DU MOIS DE JUILLET



<p>Sophrologie : Relaxation par la respiration <i>(Aidant seul)</i></p>	<p>Vendredi 12 Juillet 14h30- 15h30</p>	<p>Salle de la Maison du Temps Libre - 11 Rue du stade LA FERRIERE</p>
<p> Café des aidants* <i>Thème : Qu'est-ce que j'attends des intervenants professionnels ?</i></p>	<p>Jeudi 18 Juillet 14h30- 16h00</p>	<p> LIBRAIRIE - CAFÉ 1 rue de la Brachetière, LE POIRE SUR VIE</p>
<p>Gym douce adaptée <i>(Aidant/Aidé Ou Aidant seul)</i></p>	<p>Vendredi 19 Juillet 14h30- 15h30</p>	<p>Entour'âge 29 Rue Anatole France LA ROCHE SUR YON</p>
<p>Sophrologie : Relaxation par la respiration <i>(Aidant seul)</i></p>	<p>Vendredi 26 Juillet 14h30- 15h30</p>	<p>Entour'âge 29 Rue Anatole France LA ROCHE SUR YON</p>



Pour plus d'informations, je reste à votre disposition.

Si vous rencontrez des difficultés pour participer aux activités, n'hésitez pas à revenir vers moi également.

Bel été à tous,

Laura BAUDRIT, Coordinatrice Territoriale « Le Nid des Aidants 85