

# PROGRAMMES MENSUELS

Cliquez sur le lien ci-dessous pour lire le planning :  
NOVEMBRE 2018 (format PDF)

			Jeudi 01	Vendredi 02
				<p><b>15h à 16h – Gestes et postures</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p> <p><b>16h à 17h – Atelier équilibre</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p>
Lundi 05	Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09
<p><b>14h à 17h – Entretien de soutien,</b> Entretien privé pour les aidants avec la psychologue.</p>	<p><b>10h à 12h – Répit sur site, Stimulation des sens</b> Temps d'accueil pour l'aidé. Animé par l'ASG.</p> <p><b>14h à 16h – Médiation animale,</b> Atelier 1 Pour le binôme aidant/aidé. Proposé par Laura BERBEL et ses animaux.</p>	<p><b>10h00 à 11h30 – Paint'n'Cheers,</b> Atelier peinture/dessin pour les aidants.</p> <p><b>14h à 16h – Détente sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn.</b> Pour les aidants et/ou aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG.</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Sophrologie,</b> Pour l'aidant animé par Y. POMMAREL sophrologue. 7€ la séance (intervenant extérieur).</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Relaxation,</b> Moment de détente pour les aidants. Animé par la psychologue.</p> <p><b>15h à 16h – Gestes et postures</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p> <p><b>16h à 17h – Atelier équilibre</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p>
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16

<p><b>14h à 17h – Entretien de soutien,</b> Entretien privé pour les aidants avec la psychologue.</p>	<p><b>14h à 16h – Médiation animale,</b> Atelier 2 Pour le binôme aidant/aidé. Proposé par Laura BERBEL et ses animaux</p>	<p><b>14h à 16h – Détente sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn.</b> Pour les aidants et/ou aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG.</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Sophrologie,</b> Pour l'aidant animé par Y. POMMAREL sophrologue. 7€ la séance (intervenant extérieur).</p> <p><b>14h à 16h – Goûter partagé – Gestion participative du site internet,</b> Pour l'aidant, animé par P. LEPETIT informaticienne (intervenant extérieur)</p>	<p><b>11h à 12h – Parcours de santé Cycle 2,</b> Pour l'aidant et l'aidé, animé par l'ASG</p> <p><b>16h à 17h – Atelier équilibre</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p>
<b>Lundi 19</b>	<b>Mardi 20</b>	<b>Mercredi 21</b>	<b>Jeudi 22</b>	<b>Vendredi 23</b>
<p><b>14h à 17h – Entretien de soutien,</b> Entretien privé pour les aidants avec la psychologue.</p>	<p><b>10h à 12h – Répit sur site, Stimulation des sens</b> Temps d'accueil pour l'aidé. Animé par l'ASG.</p> <p><b>14h à 16h – Médiation animale,</b> Atelier 3 Pour le binôme aidant/aidé. Proposé par Laura BERBEL et ses animaux</p>	<p><b>10h à 11h – Internet,</b> Atelier pour les aidants.</p> <p><b>14h à 16h – Détente sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn.</b> Pour les aidants et/ou aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG.</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Sophrologie,</b> Pour l'aidant animé par Y. POMMAREL sophrologue. 7€ la séance (intervenant extérieur).</p> <p><b>14h à 16h – Entr'Aidants,</b> Pour les aidants, avec la psychologue</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Relaxation,</b> Moment de détente pour les aidants. Animé par la psychologue.</p> <p><b>16h à 17h – Atelier équilibre</b> Pour l'aidant et l'aidé. Avec l'ergothérapeute</p>
<b>Lundi 26</b>	<b>Mardi 27</b>	<b>Mercredi 28</b>	<b>Jeudi 29</b>	<b>Vendredi 30</b>
<p><b>14h à 17h – Entretien de soutien,</b> Entretien privé pour les aidants avec la psychologue.</p>	<p><b>14h à 16h – Médiation animale,</b> Atelier 4 Pour le binôme aidant/aidé. Proposé par Laura BERBEL et ses animaux</p>	<p><b>14h à 16h – Détente sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn.</b> Pour les aidants et/ou aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG.</p>	<p><b>10h30 à 11h30 – Sophrologie,</b> Pour l'aidant animé par Y. POMMAREL sophrologue. 7€ la séance (intervenant extérieur).</p>	<p><b>11h à 12h – Parcours de santé Cycle 2,</b> Pour l'aidant et l'aidé, animé par l'ASG</p>

**Entretien de soutien**, est un entretien individuel avec la psychologue. Cycle de 3 séances et sur rendez-vous. Avec Mme Karine METERY, psychologue.

**Entr'Aidants**, Groupe de paroles pour l'aidant, animé par Mme

Karine METERY, psychologue.

**Paint'n'Cheers**, est un atelier peinture/dessin pour les aidants. Animé par Mme Véronique MOLINA.

**Répit sur site**, est un temps d'accueil pour l'aidé avec en thématique *Toucher, Voir, Entendre* : stimulation des sens. Animé par Mr Claude NOGUEIRA, ASG.

**Gestes et postures**, est un temps d'accueil pour l'aidant et l'aidé. Cycle de 4 séances. Thématique définie selon les besoins, après évaluation. Avec Mme Delphine BALSÀ, ergothérapeute.

**Atelier équilibre**, Pour l'aidant et l'aidé. Avec ME Delphine BALSÀ, ergothérapeute.

**Parcours de santé**, est une activité pour le binôme. Cycle de 5 séances. Animé par Mr Claude NOGUEIRA, ASG.

**Détente sur lit de massage à eau**, est une séance de 30 mn de bien-être pour l'aidant. Accompagné par MR Claude NOGUEIRA, ASG.

**Relaxation**, est moment de détente. Cycle de 6 séances. Animé par Mme Karine METERY, psychologue.

**Gestion participative du site internet**, est un moment de formation, d'apprentissage et de communication. Cocréation du site internet de la plateforme de répit avec les aidants et notre partenaire «LEPETIT-SERVICE». Animé par Mme Pascale LEPETIT. Débutant accepté.

**Médiation animale**, vers un dialogue apaisé par la médiation animale pour le binôme aidant/aidé. Animé par Laura BERBEL Ô'Tour Des Ani'Maux.

**Sophrologie**, séance de sophrologie pour l'aidant. Animé par Mme Yolande POMAREL, sophrologue et prestataire extérieur. 7 € la séance

Toutes nos actions se font **sur inscription** au **04 75 82 10 60**

Nos actions sont sans participation financière pour l'utilisateur.