














Calendrier des aidants Juillet 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
28	29	30	1	2
5  S'exprimer par la créativité 14h30-16h15	6  Sophrologie 14h30-16h15	7  Villiers Saint Denis Café des Aidants® 14h30-16h00	8	9  Qi Gong 14h30-16h15
12  Sophrologie 14h30-16h15	13	14	15	16  Qi Gong 14h30-16h15
19	20  Villiers Saint Denis Café des Aidants® 14h30-16h00	21  Fère-en-Tardenois Café des Aidants® 14h30-16h00	22  Socio-esthétique 14h30-16h15	23  S'exprimer par la créativité 14h30-16h15
26  Villiers-Cotterêts Café des Aidants® 14h30-16h00	27  Marche volontaire 14h00 - 16h00 (rdv devant la caserne des pompiers)	28  Socio-esthétique 14h30-16h15	29	30

Cafés des Aidants®

Thème: « Mes projets pour la période estivale »



Villiers Saint Denis:

Mercredi 7 juillet
Mardi 20 juillet

Fère-en-Tardenois (salle Maurice Denis):

Mercredi 21 juillet

Villiers-Cotterets (EHPAD François Premier):

Lundi 26 juillet 2021

Parenthèses bien-être



Sophrologie

Un temps de relaxation pour une pause détente

Aurélia Hardy, sophrologue



Socio-esthétique

Prendre soin de soi, en accompagnant son corps à un mieux être

Catherine Grison, socio-esthéticienne



Qi Gong

Découverte du Qi Gong, gymnastique chinoise douce et lente

Gérard Carnoy, Kanazawa Karaté Do



S'exprimer par la créativité

Peinture, collage, photo...

Maïthé Denis, art-thérapeute



Marche Volontaire

Balade dans la Forêt de Retz

Association Gymnaste Cottézien



Informations et inscriptions :
03 23 70 53 30 ou plateforme-aidants@lrs-villiers.net

Plateforme d'Accompagnement et de Répit aux Aidants
1 rue Victor et Louise Monfort - 02310 Villiers Saint Denis

Nos intervenants et partenaires



Grâce au soutien de l'Action sociale des Institutions de retraite complémentaire du groupe KLESIA

