

2025

Un temps pour moi... ... un temps d'échange

Rencontres destinées aux personnes qui viennent en aide régulièrement à un proche



Mardi 25 mars 2025

14h - 16h30

Echanges autour de la confection et du partage d'un goûter
à l'Accueil de jour des Myosotis en partenariat avec la plateforme de répit

Vendredi 16 mai 2025

10h - 13h30

Confection et partage d'un repas animé par la psychologue Justine Granchamp
et Déborah SIEGEL à Nauviale



Vendredi 13 juin 2025

14h - 16h30

Atelier de Création artistique animé par Justine Granchamp
Marcillac-Vallon



Mardi 16 septembre 2025

14h - 16h30

Atelier AIDANTS/AIDES à St Cyprien-sur-dourdou
Création Florale avec la fleuriste AMELIMELO en partenariat avec la plateforme de répit



Mardi 14 octobre 2025

14h - 16h30

Marche "yogique" animée par Nathalie "Greeters d'Aici" en partenariat avec la
plateforme de répit
Grand Vabre

Mardi 18 novembre 2025

de 14h à 17h

Atelier Gestion du Stress animé par Céline GIRAUD
Hygiénavie à Nauviale



Point Info Seniors CAPA CM
Maison DU TERRITOIRE
28 Avenue Gustave Bessière
12330 Marcillac-vallon

Renseignements et inscriptions

05.65.42.29.33



2025

Un temps pour moi... ... un temps d'échange

Rencontres destinées aux personnes qui viennent en aide régulièrement à un proche



Mardi 25 mars 2025

14h - 16h30

Echanges autour de la confection et du partage d'un goûter
à l'Accueil de jour des Myosotis en partenariat avec la plateforme de répit

Vendredi 16 mai 2025

10h - 13h30

Confection et partage d'un repas animé par la psychologue Justine Granchamp
et Déborah SIEGEL à Nauviale



Vendredi 13 juin 2025

14h - 16h30

Atelier de Création artistique animé par Justine Granchamp
Marcillac-Vallon



Mardi 16 septembre 2025

14h - 16h30

Atelier AIDANTS/AIDES à St Cyprien-sur-dourdou
Création Florale avec la fleuriste AMELIMELO en partenariat avec la plateforme de répit



Mardi 14 octobre 2025

14h - 16h30

Marche "yogique" animée par Nathalie "Greeters d'Aici" en partenariat avec la
plateforme de répit
Grand Vabre

Mardi 18 novembre 2025

de 14h à 17h

Atelier Gestion du Stress animé par Céline GIRAUD
Hygiénavie à Nauviale



Point Info Seniors CAPA CM
Maison DU TERRITOIRE
28 Avenue Gustave Bessière
12330 Marcillac-vallon

Renseignements et inscriptions

05.65.42.29.33

