

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

PROGRAMME

JANVIER
FÉVRIER
MARS
2022

Bonjour à tous !

Toute l'équipe du Nid vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année et vous présente ses meilleurs vœux pour l'année 2022 qui arrive. Qu'elle vous soit riche en sérénité, douceur et partage.

EN 2022, le Nid des Aidants continue de vous accompagner au quotidien :

- Pour un conseil, une information sur les solutions de répit c'est avec Magali !
- Pour un suivi quotidien sur la relation d'aide avec votre proche c'est avec Hélène !
- Pour une participation aux ateliers en présentiel c'est avec Magali (sans oublier votre masque et le pass sanitaire) !

NOUVEAUTÉ :

- Ateliers de réflexologie

**N'hésitez pas à nous joindre
au 06 08 34 71 01**

Partager, échanger, se retrouver, prendre un temps de répit, n'hésitez pas !

Voici le programme de janvier, février et mars.

Rejoignez-nous vite !

Adresses des différents lieux pour les ateliers :

Secteur de Luçon : salle patriotique, rue de la Coudraye à Luçon.

Secteur de Fontenay le Comte : salle des platanes (la salle des fêtes), Impasse du Bourg Chapon à Saint-Michel-le-Cloucq.

Secteur de La Chaigneraie : salle des Loges, derrière la salle des fêtes, rue des Tuileries à Saint-Pierre-du-Chemin.

Ateliers gratuits
Participation libre

Inscription
obligatoire

06 08 34 71 01

pfr.sudvendee@lna-sante.com

Contact :

Magali PETITEAU



Le nid des Aidants 85



Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

Les ateliers au Nid des Aidants

« Gym'O Nid »

Gymnastique douce avec SIEL BLEU

*Vous pouvez y participer en compagnie de votre proche
(Prévoir une tenue confortable).*

« Sophr'O Nid »

Séance de sophrologie avec Anne BELY-BOUILLAUD

Une parenthèse agréable. (Atelier ouvert aux aidants uniquement).

« Art'O Nid »

Art thérapie avec Françoise GREAU

Exprimer vos émotions grâce aux arts. (Atelier ouvert aux aidants uniquement).

« Erg'O Nid »

**Ateliers avec Opaline SCOTTO ou Sybille ROLLET,
ergothérapeutes chez « Merci Julie ».**

*Bénéficiez de conseils pour votre quotidien !
(Vous pouvez y participer en compagnie de votre proche).*

« Erg'O Diet »

**Ateliers avec Opaline SCOTTO ou Sybille ROLLET,
Ergothérapeutes chez « Merci Julie »
et Adeline JAULIN, Diététicienne Nutritionniste.**

*Bénéficiez de conseils pour votre quotidien.
(Vous pouvez y participer en compagnie de votre proche).*

« Socio-esthétic'O Nid »

Atelier de socio-esthétique avec Charlotte MICHAUD

*Prenez soin de vous et profitez d'un moment de détente !
(Atelier ouvert aux aidants uniquement).*

06 08 34 71 01

pfr.sudvendee@lna-sante.com

Contact :
Magali PETITEAU



Le nid des Aidants 85

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

« Réflex'O Nid »

Réflexologie avec Claire MERLET.

Venez soulager vos maux fonctionnels pour retrouver un état de bien-être général. (Atelier ouvert aux aidants uniquement).

Les associations

Le Groupement des Parkinsoniens

vous propose des groupes de parole.

→ **Contact et renseignements :**

Mme Joyeux, 06 22 12 64 29

France Parkinson

vous propose des ateliers de Sophrologie et une écoute téléphonique.

→ **Contact et renseignements :**

M. Parsy, 06 71 73 99 79

France Alzheimer Vendée

vous propose des groupes de paroles, des activités et la « Halte relais » (aidants/aidés).

→ **Contact et renseignements :**

**Secrétariat de l'association,
02 51 43 71 05**

**Pour toute demande,
questions, écoute et soutien,
Le Nid des Aidants est à votre disposition
au 06 08 34 71 01**

N'hésitez pas à nous contacter !

06 08 34 71 01
pfr.sudvendee@lna-sante.com

Contact :
Magali PETITEAU



Le nid des Aidants 85

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

GYM'O Nid

avec **SIEL BLEU**

Ouvert à votre proche

JANVIER	Lundi 10 Janv.	14h30 - 15h30 Saint-Pierre-du-Chemin
FÉVRIER	Jeudi 10 Févr.	14h30 - 15h30 Saint-Michel-le-Cloucq
MARS	Jeudi 10 Mars	14h30 - 15h30 Luçon

ART'O Nid

avec **FRANCOISE GREAU**, Art thérapeute

Atelier réservé uniquement aux aidants

JANVIER	Lundi 24 Janv.	14h30 - 16h Luçon
FÉVRIER	Lundi 21 Févr.	14h30 - 16h Luçon
MARS	Lundi 21 Mars	14h30 - 16h Luçon

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

ERG'O Nid

avec **OPALINE SCOTTO** ou **SYBILE ROLLET**

Ergothérapeutes chez « Merci Julie ».

Ouvert à votre proche

JANVIER	Vendredi 28 Janv.	14h - 15h30 Saint-Michel-le-Cloucq
FÉVRIER	Lundi 7 Févr.	14h - 15h30 St-Pierre-du-Chemin
MARS	Jeudi 24 Mars.	14h - 15h30 Luçon

ERG'O Diet

Avec **OPALINE SCOTTO** ou **SYBILE ROLLET**,

Ergothérapeutes chez « Merci Julie »

et **ADELINE JAULIN**, Diététicienne Nutritionniste.

Ouvert à votre proche

FÉVRIER	Vendredi 25 Févr.	14h - 15h30 Saint-Michel-le-Cloucq
----------------	--------------------------	---------------------------------------

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

SOCIO-ESTHETIC'O Nid

avec **CHARLOTTE MICHAUD**,

Socio-esthéticienne

Atelier réservé uniquement aux aidants

JANVIER	Vendredi 7 Janv.	14h30 - 16h Luçon
FÉVRIER	Vendredi 4 Févr.	14h30 - 16h Saint-Pierre-du-Chemin
MARS	Vendredi 4 Mars	14h30 - 16h Saint-Michel-le-Cloucq

RÉFLEX'O Nid

avec **Claire MERLET**,

Réflexologue

Atelier réservé uniquement aux aidants

JANVIER	Mercredi 19 Janv.	14h30 - 15h30 Luçon
FÉVRIER	Mercredi 16 Févr.	14h30 - 15h30 Luçon
MARS	Mercredi 16 Mars	14h30 - 15h30 Luçon

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

SOPHR'O Nid

avec ANNE BELY-BOUILLAUD

Sophrologue

Une parenthèse agréable.

Atelier réservé uniquement aux aidants

JANVIER	Lundi 17 Janv.	14h30 - 16h Saint-Michel-le-Cloucq
	Lundi 31 Janv.	14h30 - 16h Saint-Pierre-du-Chemin

FÉVRIER	Lundi 14 Févr.	14h30 - 16h Luçon
	Lundi 28 Févr.	14h30 - 16h Saint-Michel-le-Cloucq

MARS	Lundi 14 Mars	14h30 - 16h Saint-Pierre-du-Chemin
------	---------------	---------------------------------------

Les Ateliers du Nid

"Se retrouver et se ressourcer"

PROGRAMME

JANVIER
FÉVRIER
MARS
2022



Magali PETITEAU

Animatrice PFAR Sud Vendée

06 08 34 71 01

pfr.sudvendee@lna-sante.com

Charline VINET

Coordinatrice de la PFR

contact@lenididesaidants.fr

www.lenididesaidants.fr

Qui est le proche aidant ?

"Personne non professionnelle qui vient en aide à titre principal, pour partie ou totalement, à une personne dépendante de son entourage, pour les activités de la vie quotidienne. Cette aide régulière peut être prodiguée de façon permanente ou non et peut prendre plusieurs formes".

Source : charte européenne



LES JARDINS D'OLONNE
Maison de retraite médicalisée



Sud Vendée Littoral
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

