



Retrouvez le calendrier sur notre site internet

-  ACCUEILLIR
-  ECOUTER
-  INFORMER
-  SOUTENIR
-  ACCOMPAGNER
-  RESPIRER
-  FORMER

# LES SERVICES AUX AIDANTS

**MÉDIATION FAMILIALE**  
 A DESTINATION DE TOUS LES AIDANTS ET DE LEURS PROCHES EN SITUATION DE DÉPENDANCE.  
 Conduite par une professionnelle de la médiation familiale.  
 LES LUNDIS MATIN DE 9H À 12H30 - SUR RENDEZ-VOUS

**ACCÈS AUX DROITS**  
 POUR LES PERSONNES ÂGÉES ET /OU EN SITUATION DE HANDICAP & LEURS AIDANTS  
 Service territorial Autonomie CD54  
 TOUS LES 3ÈMES MERCREDIS DE CHAQUE MOIS

**ENTRETIENS INDIVIDUELS "SOLUTIONS DE RÉPIT"**  
 SUR RENDEZ-VOUS

**POINT CONSEIL BUDGET "ACCÈS AUX DROITS"**  
 SUR RENDEZ-VOUS

**BILAN DE SANTÉ & CONSULTATIONS DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE**  
 LES MERCREDIS  
 Centre de prévention Agirc-Arrco  
 SUR RENDEZ-VOUS

**CONSEILS EN AIDES TECHNIQUES & AMÉNAGEMENT DU LOGEMENT**  
 Ergothérapeute, Envie autonomie  
 SUR RENDEZ-VOUS

**PERMANENCE FRANCE ALZHEIMER 54**  
 1ER ET 3ÈME MERCREDIS APRÈS-MIDI  
 SUR RENDEZ-VOUS

**INFORMATION ET SOUTIEN AUX TUTEURS FAMILIAUX**  
 "DROITS DE L'AIDANT" + "CAFÉ DES TUTEURS"  
 SUR RENDEZ-VOUS

**GROUPE DE PAROLE ORCHIDÉE POUR TOUS LES AIDANTS**  
 TOUS LES 2ÈME MERCREDIS A.M DE 14H À 16H  
 SUR RENDEZ-VOUS



# PROGRAMME

1ER TRIMESTRE

2024



☎ 08 09 54 10 10

✉ aidants54@udaf54.com

📍 124 rue de Newcastle, Nancy



Maison des aidants de Nancy



# PROGRAMME

1ER TRIMESTRE

JANVIER



MARS

## JANVIER

 **JEUDI 11 JANVIER DE 14H30 À 16H30**  
**PRENEZ SOIN DE VOTRE SOMMEIL - 1/4**

Animé par l'ASEPT Lorraine  
/inscriptions sous conditions

 **MERCREDI 17 JANVIER DE 14H À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's

 **JEUDI 18 JANVIER DE 14H30 À 16H30**  
**PRENEZ SOIN DE VOTRE SOMMEIL - 2/4**


Animé par l'ASEPT Lorraine  
/inscriptions sous conditions

 **MARDI 23 JANVIER DE 14H30 À 16H30**  
**PRENEZ SOIN DE VOTRE SOMMEIL - 3/4**

Animé par l'ASEPT Lorraine  
/inscriptions sous conditions

 **MERCREDI 24 JANVIER DE 14H À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's

 **JEUDI 25 JANVIER À 14H**  
**CONFÉRENCE : "JE M'OCCUPE D'UN PROCHE"**  
**Quels droits et solutions de répit pour soulager mon quotidien ?**

Animé par Frédéric CLAUDE, Juriste.

 **MERCREDI 31 JANVIER DE 14H À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's

## FEVRIER

 **JEUDI 1 FÉVRIER DE 14H30 À 16H30**  
**PRENEZ SOIN DE VOTRE SOMMEIL - 4/4**

Animé par l'ASEPT Lorraine  
/inscriptions sous conditions

 **VENDREDI 9 FÉVRIER DE 14 À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's

 **VENDREDI 16 FÉVRIER DE 14H À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's

 **MERCREDI 21 FÉVRIER DE 14H À 16H**  
**YOGA DU RIRE**

Animé par l'association Synap's



### LÉGENDE

Activités culturelles, de loisirs et de bien être


Les informations collectives Conférences et groupes de parole


 Au sein de la Maison des Aidants de Nancy

 Lieu indiqué sur l'évènement

## MARS

 **MERCREDI 6 MARS À 10H**  
**DÉCOUVERTE DE L'ENSEMBLE POIREL**  
**Lieu de culture vivante à Nancy**  
RDV sur place 10 rue Victor Poirel à Nancy,  
10mn avant la visite


 **MARDI 12 MARS À 14H**  
**DÉCOUVERTE DES TRÉSORS DE**  
**"L'ARBRE DE VIE"**  
**Visite, tissage, illustration**  
Animé par l'Arbre de Vie à Liverdun  
RDV sur place 23 Route de Frouard - 54460 Liverdun

 • **JEUDI 07 MARS**  
• **JEUDI 14 MARS**  
• **JEUDI 21 MARS**  
• **JEUDI 28 MARS**  
**de 10h à 11h30**

**VOYAGES SONORES**  
**RELAXATION AUX BOLS CHANTANTS**

Animé par J. ROUCHAVILLE, Musicothérapeute

Inscriptions sous conditions

 **MARDI 19 MARS À 14H**  
**CONFÉRENCE : "J'AIDE UN PROCHE"**  
**Connaître les aides au service des aidants**

Animé par Frédéric CLAUDE, Juriste.

**TOUS NOS ÉVÈNEMENTS SONT GRATUITS**

Inscription obligatoire auprès de :  
La Maison des Aidants de Nancy

 **08 09 54 10 10**

 **aidants54@udaf54.com**