

# LES SERVICES AUX AIDANTS

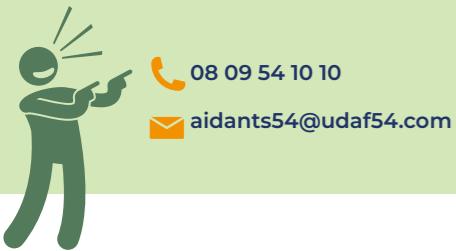
## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

### TOUS NOS ÉVÈNEMENTS SONT GRATUITS

Tous nos événements sont gratuits, il suffit simplement de s'inscrire !

Retrouvez le programme complet sur notre site internet.

Pour toute question ou pour vous inscrire, contactez-nous par mail ou par téléphone, nous serons ravis de vous répondre.



## LÉGENDE

Activités culturelles, de loisirs et de bien-être

Informations collectives, conférences et groupes de parole

Au sein de la Maison des Aidants de Nancy

Lieu indiqué sur l'événement

Accès en Visioconférence

### MÉDIATION FAMILIALE

A destination de tous les aidants et de leurs proches en situation de dépendance

Conduite par Isabelle PERROT, médiatriche pour Impulsion 54  
**LES LUNDIS MATINS DE 9H À 12H30 - SUR RENDEZ-VOUS**

### ACCÈS AUX DROITS

Pour toutes les personnes âgées et/ou en situation de handicap & leurs aidants

Service territorial Autonomie Conseil Départemental 54  
**TOUS LES 3ÈMES MERCREDIS DE CHAQUE MOIS**

### ENTRETIENS INDIVIDUELS

« solutions de répit »  
SUR RENDEZ-VOUS

### POINT CONSEIL BUDGET

« accès au droits »  
SUR RENDEZ-VOUS

### BILAN DE SANTÉ & CONSULTATIONS DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Centre de prévention Agirc-Arrco

LES LUNDIS ET MERCREDIS SUR RENDEZ-VOUS

### CONSEILS ET 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 » et « café des tuteurs »  
SUR RENDEZ-VOUS

### GROUPE DE PAROLE ORCHIDÉE POUR TOUS LES AIDANTS

TOUS LES 2ÈME MERCREDIS APRÈS-MIDI DE 14H À 16H SUR RENDEZ-VOUS



Retrouvez plus d'informations sur notre site internet



ACCUEILLIR



ECOUTER



INFORMER



SOUTENIR



ACCOMPAGNER



RESPIRER



FORMER



## 4 ÈME TRIMESTRE

2025



08 09 54 10 10

aidants54@udaf54.com

124, rue de Newcastle, 54000 NANCY



Maison des aidants de Nancy



# PROGRAMME

## 4ÈME TRIMESTRE

## OCTOBRE À DÉCEMBRE



### OCTOBRE

#### LE 1ER VENDREDI - DE 8H30 À 13H SONOTHÉRAPIE INDIVIDUELLE

Animé par : Jérémie ROUCHAVILLE - Sonothérapeute  
**Sous-conditions**

#### LES LUNDIS MATINS - DE 09H30 À 10H30 GYM ADAPTÉE

Animés par : Association Siel Bleu  
**Sous-conditions**

#### MERCREDIS 1, 8, 15, 22, 29 OCTOBRE ET 5 NOVEMBRE

##### ATELIER BALADE PHOTO SLAMÉES

Animé par : Cyril RUCHET, Auteur photographe  
Mouloud OUABDESELAM, Auteur compositeur

#### VENDREDIS 3, 10, 17, 24 ET 31 OCTOBRE DE 9H30 À 12H

##### PROGRAMME « BIENVENUE À LA RETRAITE »

Animé par : NEOSILVER  
**Sous-conditions**

#### MARDI 7 OCTOBRE - DE 14H À 16H CONFÉRENCE

**« LE MANDAT DE PROTECTION FUTURE »**  
Animée par : une Notaire et Frédéric CLAUDE, juriste

#### MERCREDI 8 OCTOBRE DE 14H À 16H GROUPE DE PAROLE ORCHIDÉE

Animé par Claire GUITTON, Psychologue au STA du CD54

#### JEUDI 9 OCTOBRE - DE 14H À 16H CONFÉRENCE

##### DÉCOUVERTE DE LA SONOTHÉRAPIE

Animée par : Jérémie ROUCHAVILLE - sonothérapeute

#### LUNDI 13 ET 20 OCTOBRE - DE 10H À 12H ATELIERS DÉTENTE ET MOBILITÉ CORPORELLE

Animé par : Catherine LEDENKO, Sophrologue, en partenariat avec l'Association Brain Up

#### MARDI 14 OCTOBRE - DE 17H30 À 19H « CAFÉ D'APRÈS » LE DEUIL

Animé par : Association le Jour d'Après

#### JEUDI 16 OCTOBRE - DE 18H À 20H GROUPE DE PAROLE

Animé par : Association Typik'Atypik54

#### JEUDI 16 OCTOBRE DE 9H À 12H ET LUNDI 20 OCTOBRE DE 14H À 17H MASSAGE ET RÉFLÉXOLOGIE PLANTAIRE AVEC BÉA BIEN-ÊTRE

Animé par : Béatrice VANNIER, professionnelle certifiée

#### VENDREDI 17 OCTOBRE - DE 14H À 16H THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Animé par : Bertrand HANCE, Comédien professionnel et Claire GUITTON, Psychologue CD 54

#### JEUDI 23 OCTOBRE DE 10H À 12H CONFÉRENCE

##### « LES AIDES TECHNIQUES DU QUOTIDIEN »

Animée par : Hélène SCHUMACHER, Conseillère technique Envie Autonomie

**Lieu :** Résidence service seniors Ovélia,  
29 rue de Château Salins 54000 Nancy

## NOVEMBRE

#### LE 1ER VENDREDI - DE 8H30 À 13H SONOTHÉRAPIE INDIVIDUELLE

Animé par : Jérémie ROUCHAVILLE - sonothérapeute  
**Sous-conditions**

#### LES LUNDIS MATINS - DE 09H30 À 10H30 GYM ADAPTÉE

Animés par : Association Siel Bleu  
**Sous-conditions**

#### LUNDI 3 NOVEMBRE - DE 10H À 12H ATELIERS DÉTENTE ET MOBILITÉ CORPORELLE

Animé par : Catherine LEDENKO, Sophrologue, en partenariat avec l'Association Brain Up

#### MARDIS 4 ET 18 NOVEMBRE DE 09H30 À 11H30 ATELIERS D'ÉCRITURE

Animé par : Romane LUTHRINGER, Atelier pétalier

#### MERCREDI 12 NOVEMBRE DE 14H À 16H

##### GROUPE DE PAROLE ORCHIDÉE

Animé par Claire GUITTON, Psychologue au STA du CD54

#### VENDREDI 14 NOVEMBRE - DE 14H À 16H THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Animé par : Bertrand HANCE, Comédien professionnel et Claire GUITTON, Psychologue CD 54

#### JEUDI 20 NOVEMBRE - DE 09H30 À 11H30 CONFÉRENCE « PRÉVENTION DES CHUTES À MON DOMICILE : TOUT SAVOIR POUR LES ÉVITER »

Animée par : Hélène SCHUMACHER, Conseillère technique Envie Autonomie

#### LUNDI 3 NOVEMBRE - DE 14H À 17H MASSAGE ET RÉFLÉXOLOGIE PLANTAIRE AVEC BÉA BIEN-ÊTRE

Animé par : Béatrice VANNIER, professionnelle certifiée

## DÉCEMBRE

#### LE 1ER VENDREDI - DE 8H30 À 13H SONOTHÉRAPIE INDIVIDUELLE

Animé par : Jérémie ROUCHAVILLE - sonothérapeute  
**Sous-conditions**

#### LES LUNDIS MATINS - DE 09H30 À 10H30 GYM ADAPTÉE

Animés par : Association Siel Bleu  
**Sous-conditions**

#### LUNDI 1ER DÉCEMBRE - DE 14H30 À 16H ATELIER DE DÉCOUVERTE DE LA ZOOTHÉRAPIE

Animé par : Jennifer de Groeve, Zoothérapeute

#### MARDIS 2 ET 16 DÉCEMBRE DE 09H30 À 11H30 ATELIERS D'ÉCRITURE

Animé par : Romane LUTHRINGER, Atelier pétalier

#### MERCREDI 10 DÉCEMBRE DE 14H À 16H

##### GROUPE DE PAROLE ORCHIDÉE

Animé par Claire GUITTON, Psychologue au STA du CD54

#### MARDIS 2, 9 ET 16 DÉCEMBRE DE 13H30 À 15H

##### ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE ET SANTÉ MENTALE

Animé par : Cassandra FAYS, Ergothérapeute

**Lieu :** Institut de Formation en Ergothérapie,  
4 rue des Sables à Nancy

#### LUNDI 8 DÉCEMBRE - DE 14H30 À 16H30 ATELIER DE FABRICATION DE LÉONTINES

Animé par : Sonia PICARD de So Visites

#### MARDI 9 DÉCEMBRE - 14H À 16H CONFÉRENCE « SOMMEIL ET PLAISIRS SOUS LA COUETTE »

Animée par : Joëlle GOURIER, Sexologue

#### VENDREDI 12 DÉCEMBRE - DE 10H30 À 12H CONFÉRENCE « DÉCOUVERTE DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE : PRÉSENTATION DU PROGRAMME CARE POUR LES AIDANTS »

Animée par : Tulay ELASRI, Formatrice en psychologie positive

#### VENDREDI 12 DÉCEMBRE - DE 14H À 16H THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Animé par : Bertrand HANCE, Comédien professionnel et Claire GUITTON, Psychologue CD 54

#### JEUDI 18 DÉCEMBRE - DE 14H30 À 16H CONFÉRENCE « VIVRE SEREINEMENT LES FÊTES EN FAMILLE »

Animée par : Muriel DE VERICOURT, Journaliste

