

LE CALENDRIER DES AIDANTS DE PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

1er trimestre 2026

APRÈS-MIDI RÉPIT AIDANTS-AIDÉS

 **FabLab «Les MacGyver»**

Les vendredis (hors vacances scolaires)
de 14h00 à 16h30
09/01 - 06/02 - 06/03

SOPHROLOGIE

 **Maxéville**

Les jeudis de 18h00 à 19h30
08/01 - 22/01 - 05/02 - 19/02 - 05/03

**complet
d'autres à venir**

HYPNO-VR (SÉANCES DE RELAXATION EN RÉALITÉ VIRTUELLE)

 **Maxéville**

Sur rendez-vous

HYPNOTHÉRAPIE

 **Saulxures-lès-Nancy**

Les mardis à 17h30
20/01, 10/02, 03/03, 24/03

COMLAB DES OUTILS POUR QUE VOTRE PROCHE-AIDÉ PUISSE MIEUX COMPRENDRE ET SE FAIRE COMPRENDRE

 **Maxéville**

. Présentation du ComLab :
28/01 de 14h00 à 16h00
. RDV individuels : 04/03, toute la journée

VISIO DES AIDANTS

Les samedis de
14h00 à 15h00
20/12 - 10/01

**complet
d'autres à venir**

ATELIERS PSYCHOLOGIE POSITIVE

 **Maxéville**

Les mercredis
1. « Mes forces au quotidien »
04/02 de 9h30 à 11h30
2. « Mes petits bonheurs au quotidien »
18/03 de 9h30 à 11h30

ATELIERS CRÉATIFS

 **Mont Bonvillers**

1. Pour les aidants : les lundis de
14h00 à 16h00
12.01 - 09.02 - 09.03
2. En binôme aidants-aidés :
les mardis de 14h00 à 16h00
17.02

**Actions réservées aux aidants
de personnes en situation de handicap**

**Événements gratuits,
sur inscription.**

Contactez la Plateforme Oxygène Répit 54 pour plus de
précisions ou pour organiser un relais à domicile pour votre proche.

03 57 77 00 22 - aidantph54@jbthiery.asso.fr

