

SEPTEMBRE  
2023



LE DÉPARTEMENT

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

<p><b>LUNDI 4 SEPTEMBRE</b> DE 14 H À 16 H LE LUC-EN-PROVENCE</p> <p><b>ATELIER « HALTES MUSICALES »</b></p> <p>Mutualité Française PACA</p>  <p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MARDI 5 SEPTEMBRE</b> DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN</p>	<p><b>MARDI 5 SEPTEMBRE</b> DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE</p>	<p><b>JEUDI 7 SEPTEMBRE</b> DE 14 H 30 À 15 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p> <p><b>ATELIER « YOGA DU RIRE »</b></p> <p>DANY BIEN ÊTRE</p>  <p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>LUNDI 11 SEPTEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MARDI 12 SEPTEMBRE</b> DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN</p>	<p><b>MARDI 12 SEPTEMBRE</b> DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE</p>	<p><b>JEUDI 14 SEPTEMBRE</b> DE 10 H À 12 H LE LUC-EN-PROVENCE</p> <p><b>ATELIER JARDIN THÉRAPEUTIQUE</b></p> <p>animé par La Maison départementale des aidants</p>  <p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>LUNDI 18 SEPTEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p> <p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p> <p>Association SIEL BLEU</p>  <p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>
--	--	--	--	--	---	---	---	--

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN

SEPTEMBRE  
2023



LE DÉPARTEMENT

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

MARDI 19  
SEPTEMBRE  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

MARDI 19  
SEPTEMBRE  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



SALLE  
GUY MOQUET  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

JEUDI 21  
SEPTEMBRE  
DE 9 H 30 À 11 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

CAFÉ DES  
AIDANTS  
CŒUR DU VAR

« Votre été,  
retour  
d'expérience »



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340 Le Luc-en-Provence

VENDREDI 22  
SEPTEMBRE  
DE 14 H À 15 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

ATELIER  
« SIESTE  
SONORE »

animé par  
la Maison  
départementale des  
aidants



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340 Le Luc-en-Provence

LUNDI 25  
SEPTEMBRE  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340 Le Luc-en-Provence

MARDI 26  
SEPTEMBRE  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

MARDI 26  
SEPTEMBRE  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



SALLE  
GUY MOQUET  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

JEUDI 28  
SEPTEMBRE  
DE 10 H À 12 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

ATELIER  
JARDIN  
THÉRAPEUTIQUE

animé par  
la Maison  
départementale des  
aidants



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340 Le Luc-en-Provence

VENDREDI 29  
SEPTEMBRE  
DE 9 H À 17 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

STAND  
D'INFORMATION  
AU FORUM  
SÉCURITÉ

organisé par la  
Mairie du Luc



ESPACE CULTUREL  
JEAN-LOUIS DIEUX  
Rue Pierre Gaudin  
83340 Le Luc-en-Provence

OCTOBRE  
2023



LE DÉPARTEMENT

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

LUNDI 2 OCTOBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE	MARDI 3 OCTOBRE DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN	MARDI 3 OCTOBRE DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE	JEUDI 5 OCTOBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE	LUNDI 9 OCTOBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE	LUNDI 9 OCTOBRE DE 9 H À 17 H DRAGUIGNAN	MARDI 10 OCTOBRE DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN	MARDI 10 OCTOBRE DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE	MARDI 10 OCTOBRE DE 14 H À 17 H LE LUC-EN-PROVENCE	JEUDI 12 OCTOBRE DE 10 H À 12 H LE LUC-EN-PROVENCE	LUNDI 16 OCTOBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE	MARDI 17 OCTOBRE DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN
<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>CINÉ DÉBAT</b>	<b>ATELIER JARDIN THÉRAPEUTIQUE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>
Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	CODES	Association SIEL BLEU	CCAS DRAGUIGNAN	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	Film « La promesse de l'aidant »	animé par la Maison départementale des aidants	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU
											
<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN	<b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>ESPACE SAINT-EXUPÉRY</b> Place de la Paix 83300 DRAGUIGNAN	<b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN	<b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE	<b>CINÉMA MUNICIPAL</b> 11, rue de la République 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN

OCTOBRE  
2023



LE DÉPARTEMENT

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

MARDI 17  
OCTOBRE  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



SALLE  
GUY MOQUET  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

JEUDI 19  
OCTOBRE  
DE 9 H 30 À 11 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

CAFÉ DES  
AIDANTS  
CŒUR DU VAR

« Quelles clefs  
pour maintenir une  
communication  
avec mon proche ? »



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

JEUDI 19  
OCTOBRE  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

ATELIER  
SOPHROLOGIE

CODES



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

LUNDI 23  
OCTOBRE  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

MARDI 24  
OCTOBRE  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

MARDI 24  
OCTOBRE  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



SALLE  
GUY MOQUET  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

MERCREDI 25  
OCTOBRE  
DE 10 H À 12 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

ATELIER  
JARDIN  
THÉRAPEUTIQUE

animé par  
la Maison  
départementale des  
aidants



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

JEUDI 26  
OCTOBRE  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

ATELIER  
SOPHROLOGIE

CODES



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

LUNDI 30  
OCTOBRE  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

MARDI 31  
OCTOBRE  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

MARDI 31  
OCTOBRE  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE

Association  
SIEL BLEU



SALLE  
GUY MOQUET  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

**NOVEMBRE  
2023**



**LE DÉPARTEMENT**

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

**PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS**

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

<b>JEUDI 2 NOVEMBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</b>	<b>LUNDI 6 NOVEMBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</b>	<b>MARDI 7 NOVEMBRE DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</b>	<b>MARDI 7 NOVEMBRE DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</b>	<b>JEUDI 9 NOVEMBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</b>	<b>LUNDI 13 NOVEMBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</b>	<b>MARDI 14 NOVEMBRE DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</b>	<b>MARDI 14 NOVEMBRE DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</b>	<b>JEUDI 16 NOVEMBRE DE 9 H 30 À 11 H LE LUC-EN-PROVENCE</b>	<b>JEUDI 16 NOVEMBRE DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</b>
<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b>	<b>CAFÉ DES AIDANTS CŒUR DU VAR</b>	<b>ATELIER SOPHROLOGIE</b>
CODES	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	CODES	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	Association SIEL BLEU	« Positiver le rôle d'aidant »	CODES
									
<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN	<b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN	<b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence	<b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN

**NOVEMBRE  
2023**



**LE DÉPARTEMENT**

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

**PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS**

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

**VENDREDI 17  
NOVEMBRE**  
DE 15 H À 16 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ATELIER  
«YOGA  
DU RIRE»**

DANY  
BIEN ÊTRE



**MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS**  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

**LUNDI 20  
NOVEMBRE**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS**  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

**MARDI 21  
NOVEMBRE**  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE**  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

**MARDI 21  
NOVEMBRE**  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**SALLE  
GUY MOQUET**  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

**JEUDI 23  
NOVEMBRE**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ATELIER  
SOPHROLOGIE**

CODES



**MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS**  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

**VENDREDI 24  
NOVEMBRE**  
DE 14 H À 18 H  
TOULON

**FORUM  
AIDANTS**

organisé  
par l'action sociale  
des armées



**BASE DE VIE  
SAINT-ANNE 2**  
Boulevard  
Sainte-Anne  
83000 TOULON

**LUNDI 27  
NOVEMBRE**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS**  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

**MARDI 28  
NOVEMBRE**  
DE 9 H À 11 H  
DRAGUIGNAN

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**RÉSIDENCE  
AUTONOMIE  
DE L'HORLOGE**  
Rue Juiverie  
83300 DRAGUIGNAN

**MARDI 28  
NOVEMBRE**  
DE 10 H 30 À 12 H  
LA GARDE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



**SALLE  
GUY MOQUET**  
1, Chemin de la  
Planquette  
83130 LA GARDE

**JEUDI 30  
NOVEMBRE**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ATELIER  
SOPHROLOGIE**

CODES



**MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES AIDANTS**  
Quartier Précoumin  
Route de Toulon  
83340  
Le Luc-en-Provence

**DÉCEMBRE  
2023**



**LE DÉPARTEMENT**

# **MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS**

QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

**PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS**

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

<p><b>LUNDI 4 DÉCEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>MARDI 5 DÉCEMBRE</b> DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</p>	<p><b>MARDI 5 DÉCEMBRE</b> DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</p>	<p><b>JEUDI 7 DÉCEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>LUNDI 11 DÉCEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>MARDI 12 DÉCEMBRE</b> DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</p>	<p><b>MARDI 12 DÉCEMBRE</b> DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</p>
<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ATELIER SOPHROLOGIE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>
<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>CODES</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>
						
<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN</p>	<p><b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN</p>	<p><b>SALLE GUY MOQUET</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE</p>

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN

DÉCEMBRE  
2023



LE DÉPARTEMENT

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

PROGRAMME DES ACTIVITÉS GRATUITES À DESTINATION DES PROCHES AIDANTS ET LEURS AIDÉS

Renseignements : 06 48 56 01 57 / 06 26 65 03 47 - Inscriptions obligatoires aux activités

<p><b>JEUDI 14 DÉCEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>JEUDI 14 DÉCEMBRE</b> DE 14 H À 17 h LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>LUNDI 18 DÉCEMBRE</b> DE 10 H À 11 H 30 LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>MARDI 19 DÉCEMBRE</b> DE 9 H À 11 H DRAGUIGNAN</p>	<p><b>MARDI 19 DÉCEMBRE</b> DE 10 H 30 À 12 H LA GARDE</p>	<p><b>MERCREDI 20 DÉCEMBRE</b> DE 14 H À 15 h LE LUC-EN-PROVENCE</p>	<p><b>JEUDI 21 DÉCEMBRE</b> DE 9 H 30 À 11 H LE LUC-EN-PROVENCE</p>
<p><b>ATELIER SOPHROLOGIE</b></p>	<p><b>GOÛTER DE NOËL</b> avec animation « Yoga du rire »</p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE</b></p>	<p><b>ATELIER « SIESTE SONORE »</b></p>	<p><b>CAFÉ DES AIDANTS CŒUR DU VAR</b></p>
<p>CODES</p>	<p>animé par la Maison départementale des aidants</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>Association SIEL BLEU</p>	<p>animé par la Maison départementale des aidants</p>	<p>« Témoigner, de sa vie d'aidant, comment lâcher prise »</p>
<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>RÉSIDENCE AUTONOMIE DE L'HORLOGE</b> Rue Juiverie 83300 DRAGUIGNAN</p>	<p><b>Salle Guy Moquet</b> 1, Chemin de la Planquette 83130 LA GARDE</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>	<p><b>MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS</b> Quartier Précoumin Route de Toulon 83340 Le Luc-en-Provence</p>

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN