

**JANVIER  
2023**



**LE DÉPARTEMENT**

# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

HÔPITAL LOCAL DÉPARTEMENTAL - QUARTIER PRÉCOUMIN - ROUTE DE TOULON - 83340 LE LUC-EN-PROVENCE

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

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

**LUNDI 2  
JANVIER**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



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

**JEUDI 5  
JANVIER**  
DE 14 H À 15 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ATELIER  
« SIESTE  
SONORE »**

Relaxation aux  
sons de la nature  
animée par la Maison  
départementale  
des aidants



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

**LUNDI 9  
JANVIER**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



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

**LUNDI 16  
JANVIER**  
DE 10 H À 11 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



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

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

**CAFÉ DES  
AIDANTS  
CŒUR DU VAR**  
Que signifie  
être aidant ?



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

**VENDREDI 20  
JANVIER**  
DE 9 H 30 À 12 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**FORMATION**  
Connaître  
la maladie

France Alzheimer Var



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

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

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



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

**JEUDI 26  
JANVIER**  
DE 14 H À 15 H  
LE LUC-EN-PROVENCE

**ATELIER  
« SIESTE  
SONORE »**

Relaxation aux  
sons de la nature  
animée par la Maison  
départementale  
des aidants



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

**VENDREDI 27  
JANVIER**  
DE 9 H 30 À 12 H 30  
LE LUC-EN-PROVENCE

**FORMATION**  
Communiquer  
et comprendre

France Alzheimer Var



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

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

**ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

Association  
SIEL BLEU



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