## du 1er au 28 octobre 2022



# LE PROGRAMME DU MOIS DE L'AIDANT

Ateliers, rencontres, théâtre, projections et débats près de chez vous et gratuits





RETROUVEZ LE PROGRAMME sur seine-et-marne.fr







UNE LIGNE DÉDIÉE DURANT TOUT LE MOIS D'OCTOBRE

de 9h à 17h du lundi au vendredi (coût d'un appel local)

## **TOURNAN**

DAtelier «le temps de l'aidant»: un moment de répit et de partage avec vos enfants en situation de handicap

## 1er octobre de 10 h à 17 h

**♀** Salle des fêtes rond-point Santarelli 77220 Tournan-en-Brie

## **NOISIEL**

Forum, conférence, débats, stands et ateliers

#### 18 octobre de 10 h à 20 h

♥ MDS de Noisiel grande allée des impressionnistes 77186 Noisiel

# **COULOMMIERS**

Tous les événements de Coulommiers sont sur inscription auprès du CCAS au 01 64 75 89 70 ou du CIC-PAT au 01 64 07 79 79 ou de la MDS de Coulommiers à mdscoulommiers@departement77.fr

## Tables rondes « alimentation et nutrition »

#### 4 octobre

- Les difficultés liées à l'alimentation en raison de pathologies étiquetées : de 14h à 15h
- Les difficultés liées à l'alimentation sans raison médicale: de 15 h à 16 h
- Maison des sports rond-point rue Marcel Clavier 77120 Coulommiers

## Ateliers de détente et de hien-être

### 5 octobre

- Zumba adaptée : de 10 h à 12 h
- Esthétique, conseils en image autour du maquillage : de 10 h à 12 h
- Hatha voga: de 14 h à 16 h
- Massage Amma: de 14 h à 16 h

rond-point rue Marcel Clavier 77120 Coulommiers

## Atelier de cuisine

#### 6 octobre

- Cuisine concours des chefs : de 14 h à 16 h
- rond-point rue Marcel Clavier 77120 Coulommiers

## Atelier sur les ≪ simulateurs de vieillissement»

#### 7 octobre

- Atelier simulateur vieillissement : de 10 h à 12 h
- Conférence prévention santé : de 10 h à 12 h
- Atelier simulateur vieillissement : de 14 h à 16 h
- Maison des sports rond-point rue Marcel Clavier 77120 Coulommiers

## FONTAINEBLEAU. MONTEREAU ET NEMOURS

# ▶ Salon du handicap, stand d'informations

## 1er octobre de 10 h à 18 h

 ♥ Halle Nodet. Salle SEMISOROFF 2. rue Pierre Corneille 77130 Montereau-Fault-Yonne Accès libre

## Ateliers bien-être

#### 4 octobre

- Relaxation, avec fauteuil auto-massant / relaxant : de 14 h à 17 h
- Auto-massage avec une sophrologue / siesthérapeute: à 14 h et 15 h 30
- L'équilibre alimentaire avec préparation d'une collation : à 14 h et 15 h 30

MDS de Nemours 15. rue de Foliuif 77140 Saint-Pierre-lès-Nemours Sur inscription à sapha nemours@departement77.fr ou au 01 60 55 20 58

## Atelier hien-être

### 10 octobre de 14 h à 17 h

- Relaxation avec fauteuil auto-massant / relaxant : de 14 h à 17 h
- Parking du CMS, place de l'hôtel de ville 77430 Champagne-sur-Seine Sur inscription à sapha\_montereau@departement77.fr ou au 01 60 57 22 18

# Display Groupe de parole sur le thème de la rentrée

Animé par Estelle Beau psychologue, Laura Le Bloas (CAF), Jessica Vanderoost (PAT Melun) pour les parents d'enfants en situation de handicap

### 11 octobre de 9 h 30 à 11 h

Salle des 26 Couleurs 77310 Saint-Fargeau-Ponthierry Sur inscription à evaluation3@pat-melun.fr

# • Groupe de parole pour les aidants

## 13 octobre de 9h15 à 12h15

O MDS de Montereau 1, rue André Thomas 77130 Montereau-Fault-Yonne Sur inscription à sapha\_montereau@departement77.fr оц ац 01 60 57 22 18

## **Ateliers** sur le « lâcher prise », initiation «Clown»



Animé par l'association « Amour de clown »

### 13 octobre de 9 h 30 à 12 h30 et de 14 h à 17 h

MDS de Fontainebleau 33. route de la Bonne Dame 77300 Fontainebleau Sur inscription à sapha\_fontainebleau@departement77.fr ou au 01 60 70 78 87

## Stand d'information

## 15 octobre de 8 h à 13 h

Marché de Nemours Champs de mars - 77140 Nemours

## Projection du film «Amour». suivi d'un déhat

Animation du débat par Estelle Beau (psychologue) et France Alzheimer

## 20 octobre à 18 h

 Salle des 26 Couleurs 77310 Saint-Fargeau-Ponthierry Gratuit, sur inscription au 01 60 70 78 87 ou à sapha\_fontainebleau@departement77.fr



# • Groupe de parole pour les aidants

Animé par une psychologue de la MDS de Nemours

#### 20 octobre de 9 h 15 à 12 h 15

♥ MDS de Nemours (annexe DPR) 15, rue de Foljuif 77140 Saint-Pierre-lès-Nemours Sur inscription à sapha\_nemours@departement77.fr ou au 01 60 55 20 58

# MELUN / SÉNART

## Semaine bleue

Atelier d'écriture animé par Jacqueline Maurice et le PAT Melun

#### 3 octobre de 9h à 11h

♥ Salle Rosa Bonheur 77240 Vert-Saint-Denis

# Comment bien se préparer pour la retraite ?

Stand SAPHA, CCAS, PRIF, Médialudothèque

### 4 octobre de 10 h à 12 h

♥ Salle du conseil 77240 Vert-Saint-Denis

## Droit au répit pour les aidants, Ateliers bien-être et ludiques

#### 12 octobre de 14 h à 17 h

Shiatsu, médiation animale, yoga du rire, sophrologie, sport adapté, vélo smoothie, atelier culinaire, origami

♥ Centre social Yves Agostini 60, avenue de la Gare 77350 Le Mée-sur-Seine



Animé par Jacqueline Maurice et le PAT de Melun

#### 20 octobre de 10 h à 12 h

• Arcature
1, rue Charles Jean Brillard
77000 Vaux-le-Pénil
Sur inscription au 01 64 52 24 48

## **PROVINS**

Dournée d'information ≪ Accompagner un proche et vivre son deuil »

### 13 octobre de 8 h 45 à 16 h 30

• Petit théâtre de Provins 10, rue du général Delort 77160 Provins

## MITRY-MORY

Théâtre — débat «La maison des oiseaux»

#### 14 octobre à 14 h

♥ Salle Planète oxygène 2, allée André Benoist 77410 Claye-Souilly

## CHELLES ET LAGNY

D Cinéma-Débat «Une vie d'aidant»

# 25 octobre de 14 h à 17 h (ouverture des portes dès 13 h 30)

♥ Cinéma Étoile Cosmos 22, avenue de la Résistance - 77500 Chelles Séance gratuite sur inscription au 01 64 26 51 88 ou sapha\_chelles@departement77.fr

## **MEAUX**

D Stand d'animation, théâtredébat « Le voyage de Monsieur et Madame Martin »

#### 11 octobre à 14 h 30

♥ Salle Bossuet 12, boulevard Jean Rosse 77100 Meaux

## ROISSY-EN-BRIE

## Roissy'Lien:

Tout le mois d'octobre sur réservation, le Roissy'lien favorise vos déplacements vers les évènements du Mois de l'aidant pour les habitants des communes de Pontault-Combault, Roissy-en-Brie, Pontcarré et Ozoir-la-Ferrière.

Pour réserver : 01 60 29 43 86



Demaine bleue #GenerationSeniors «Changeons notre regard sur les aînés, brisons les idées reçues»

Activités pour les seniors et ateliers multigénérationnels

#### Du 3 au 9 octobre

Sur inscription: 01 60 28 10 43

• Résidence Autonomie Georges Brassens

1, place Félicien Henriot

773 40 Pontault-Combault

Programme: www.pontault-combault.fr

Facebook: c'pontault-combault

## Exposition photos

#### Tout le mois d'octobre

Inauguration 30 septembre de 9 h à 12 h ♥ MDS de Roissy 30, rue de la gare d'Emerainville 77680 Roissy-en-Brie

▶ Petit-déjeuner des aidants « Aidants : et vous ? Écouter, témoigner et partager sur ce quotidien extraordinaire »

## 4 octobre de 9 h à 10 h

• Relais des Sources rue de l'Église 77680 Roissy-en-Brie Sur inscription au 01 60 29 43 86



▶ La fresque des aidants :
 « La vie d'un aidant :
 une expérience humaine riche avec des solutions de répit »

### 6 octobre de 10 h à 12 h

♥ Résidence Autonomie Georges Brassens 1, place Félicien Henriot 773 40 Pontault-Combault Sur inscription au 01 60 28 10 43

## Projection-débat avec les réalisateurs du film « Aidants »

En présence de Catherine Harnais et Jacques Meaudre

## 6 octobre de 14 h à 16 h

♥ Cinéma La Grange à la Ferme d'Ayau avenue Maurice de Valminck 77680 Roissy-en-Brie Sur inscription au 01 64 43 20 28 ou à sapha\_roissy@departement77.fr

# D Conférence « Les clés du bien viellir », goûter

Présentation des missions du point autonomie territorial (PAT) et des missions du dispositif d'appui à la coordination (DAC)

#### 11 octobre de 14 h à 16 h 30

♥ Espace Acapulco 8, avenue Édouard Gourdon 77330 Ozoir-la-Ferrière Sur inscription: 0160315280



## Dafé des parents

Groupe de parole à destination des familles des adhérents du SAVS-SAMSAH

## 12 octobre, après-midi

♥ SAVS-SAMSAH 3, rue Camille Chon 77680 Roissy-en-Brie Sur inscription: 0164056583

# Atelier initiation à la sophrologie

## 14 octobre de 10 h à 11h

♥ Relais des Sources, salle de danse rue de l'Église 77680 Roissy-en-Brie Sur inscription au 0160294386

## DZen-truck Centre de bien-être mobile

#### 21 octobre

• MDS de Roissy
30, rue de la gare d'Émerainville
77680 Roissy-en-Brie
Sur inscription au 01 64 43 20 28
ou à l'adresse sapha\_roissy@departement77.fr

## D Café des aidants Groupe de parole

### 21 octobre de 14 h à 15 h 30

♥ MDS de Roissy 30, rue de la gare d'Émerainville 77680 Roissy-en-Brie

# Repas et animations festives au Relais des Sources

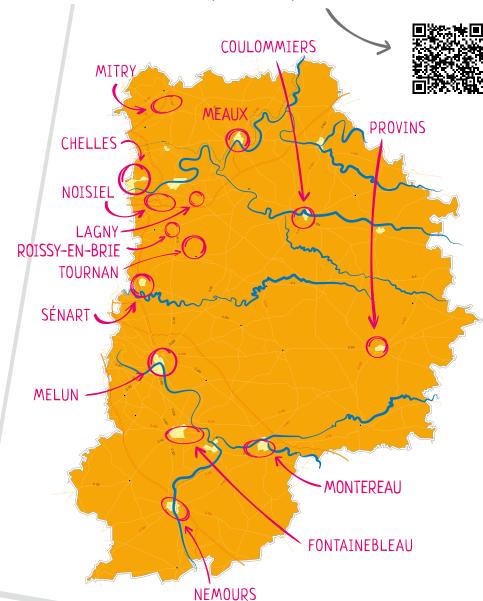
Venez avec votre aidant! Repas offert suivi d'animations

### 27 octobre de 11 h 30 à 16 h 30

• Relais des Sources rue de l'Église 77680 Roissy-en-Brie Sur inscription au 01 60 29 43 86

# LA CARTOGRAPHIE DES AIDANTS

Pour connaître toutes les actions pour les aidants près de chez vous, flashez ici







## Département de Seine-et-Marne

Hôtel du Département CS 50377 77010 Melun cedex Tél. 01 64 14 77 77

seine-et-marne.fr **f90**000



















