



La Maison de l'Entraide  
Plateforme d'Accompagnement et de Répit  
81, rue de Saint germain  
95240 Cormeilles en Parisis  
Tél : 06 69 63 61 19  
Mail : maisondeentraide@zemgor.com



## PLANNING DES ACTIVITÉS DU MOIS DE NOVEMBRE 2019

Pour vous inscrire, appelez au **06 69 63 61 19**

### Pour vous soutenir :

**Ateliers relaxation** : Il n'y aura pas de séance de relaxation pour le mois de novembre

### **Notre psychologue consulte sur rendez-vous :**

Les **lundis** 04 et le 25 novembre 2019; les **mercredis** 06, 13, 20, 27 et **vendredis** 08, 15, 22 et 29 novembre 2019  
matin

**Groupe de parole organisé par la Psychologue le lundi 25 novembre 2019 (Inscription obligatoire)**

**Permanence (téléphonique et physique) le samedi 23 novembre 2019**

**DE 9H30 à 12H30**

### Pour vous reposer :

#### **Relais répit :**

Nous nous occupons de votre proche à domicile le temps d'une demi-journée ou d'une journée pour vous permettre d'avoir un moment de repos (**pour les dates, nous contacter**)

### Pour être tous ensemble :

**Venez avec votre proche pour une activité commune (s'inscrire obligatoirement par téléphone) :**

**Mercredi 6 novembre 2019 : Atelier Cuisine de 14h30 à 17h :** La recette de la tarte aux noix de pécan



**Mercredi 20 novembre 2019 : Atelier manuel de 14h30 à 17h:** Fabrication d'une décoration de Noël pour porte (suspension) en cordes et en grain de café



**Mercredi 27 novembre 2019 : Naturopathie - Thème de 14h30 à 16h:** « Noël approche ! Quelles recettes naturelles pour Noël ! »



La Maison de l'Entraide  
Plateforme d'Accompagnement et de Répit  
81, rue de Saint germain  
95240 Cormeilles en Parisis  
Tél : 06 69 63 61 19  
Mail : maisondeentraide@zemgor.com



### Information :



Pour les habitants de Cormeilles en Parisis, le CCAS organise un café des aidants le **Vendredi 15 Novembre de 14h à 16h aux Studios 240, situé au 94, rue de Saint Germain**. Le thème abordé sera « **Quels sont les droits d'un aidants ?** ».

Gratuit sur inscription auprès du CCAS au 01.34.50.47.77 ou à [ccas@ville-cormeilles95.fr](mailto:ccas@ville-cormeilles95.fr)



Pour les habitants d'Herblay, le Relais informations Séniors organise « **L'Escale** » un café des aidants tous les Lundi matin **de 10h à 12h (hors vacances scolaires)** à la salle polyvalente, Saint Vincent au 42, rue du Général De Gaulle.

Gratuit sur inscription auprès du Relais Informations Seniors au 01.30.40.48.07 ou à [ris@herblay.fr](mailto:ris@herblay.fr)



L'ADMR organise un café des aidants le **Mercredi 13 Novembre de 10h à 12h, à la Brasserie de l'Hôtel de Ville, situé au 2, avenue Jeanne d'Arc.- 95 600 EAUBONNE** - Le thème abordé sera « **Comment lâcher sa culpabilité ?** ».

Gratuit sur inscription auprès de l'ADMR au 06.77.17.88.97