



ATELIER	DATE	HORAIRE	LIEU
<b>Sophrologie</b>	Mercredi 6 mai	14h30-15h30	Bureau du Nid des Aidants, 14 rue Pierre Gilles de Gennes 85300 CHALLANS
<b>Conférence sur le Deuil Blanc</b> Comprendre une perte invisible	Jeudi 7 mai	14h15-16h15	Espace Hubert POIGNANT 2 rue de la Prée au Duc 85330 NOIRMOUTIER-EN-L'ILE
<b>Gym douce</b> <b>(aidant/aidé ou aidant seul)</b>	Lundi 11 mai	14h30-15h30	Bureau du Nid des Aidants, 14 rue Pierre Gilles de Gennes 85300 CHALLANS
<b>Gym douce</b> <b>(aidant/aidé ou aidant seul)</b>	Lundi 18 mai	14h30-15h30	Bureau du Nid des Aidants, 14 rue Pierre Gilles de Gennes 85300 CHALLANS





ATELIER	DATE	HORAIRE	LIEU
<b>Socio-esthétique</b> Thème : Colorimétrie	Jeudi 21 mai	14h30-16h	Bureau du Nid des Aidants, 14 rue Pierre Gilles de Gennes 85300 CHALLANS
 <b>CAFÉ DES AIDANTS</b>  Thème : Au moi de mai, fais ce qu'il te plait, les petits plaisirs du quotidien	Jeudi 21 mai	14h30-16h	Le Nid Partagé 3 rue de la redoute 85300 Challans
<b>Parcours Aidants " La Charge Mentale"</b> Conférence	Mardi 26 mai	14h30-16h30	Bureau du Nid des Aidants, 14 rue Pierre Gilles de Gennes 85300 CHALLANS
<b>Sophrologie</b>	Mercredi 27 mai	14h30-15h30	Salle de la Baritaudière 3 2 Rue des Pins 85270 Saint-Hilaire-de-Riez



# Programme d'activités :

## Mai 2026



Venez profiter de ces temps de bien-être  
pour vous ressourcer !

Activités gratuites, sur inscription



Inscrivez-vous



[pfr.actionscollectives@lna-sante.com](mailto:pfr.actionscollectives@lna-sante.com)



06.02.15.68.80