

ACTIVITES

[Cliquez pour visualiser notre programme en PDF](#)

Ou cliquez sur les images du planning pour les agrandir :

MARS 2020				
Jeudi 02	Mardi 03	Mercredi 04	Jeudi 05	Vendredi
<p>Être accueilli pour l'Aidé, par le psychomotricien</p>		<p>10h à 12h - Se détendre Sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn. Pour les Aidants et/ou Aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG</p> 	<p>14h à 17h - Être accueilli Pour l'Aidé par l'Ergothérapeute</p>	<p>14h30 à 15h30 - Être accueilli Temps d'exprimer autour du langage corporel. Pour l'Aidant et l'Aidé par le psychomotricien</p> <p>16h à 17h - Relâcher l'Aidant Moment de détente avec le psychomotricien</p>
Jeudi 09	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi
<p>Être accueilli pour l'Aidé, par le psychomotricien</p>	<p>14h à 17h - En parler Entretien de soutien pour les Aidants avec la psychologue</p>	<p>10h à 12h - Se détendre Sur lit de massage à eau, Séance de 30 mn. Pour les aidants et/ou aidés, sur rendez-vous. Accompagné par l'ASG</p> 	<p>14h à 15h30 - Se préserver, 16h à 17h - Se préserver, pour l'Aidant et l'Aidé. Atelier d'ergothérapie. Avec Mme Amélie DUGASTE, ergothérapeute.</p>	<p>14h30 à 15h30 - Être accueilli Temps d'exprimer autour du langage corporel. Pour l'Aidant et l'Aidé par le psychomotricien</p> <p>16h à 17h - Relâcher l'Aidant Moment de détente avec le psychomotricien</p>

En parler, entretien de soutien individuel avec la psychologue. Cycle de 3 séances et sur rendez-vous. Avec Mme Karine METERY.

Se détendre, sur lit de massage à eau. Séance de 30 mn de bien-être pour l'Aidant ou l'Aidé. Accompagné par MR Claude NOGUEIRA, ASG.

Relâcher, séance de relaxation pour l'Aidant. Cycle de 6 séances. Animé par Mr Jean-Baptiste NOLLEZ, psychomotricien.

Se relaxer, Visualisation et respiration, pour l'aidant, animé par Mme Karine METERY, psychologue.

Explorer, Temps d'expérimentation autour du langage corporel.

Pour l'aidant et l'aidé. Cycle de 4 séances. Avec MR Jean-Baptiste NOLLEZ, psychomotricien.

Se former en informatique et/ou Participer, au site internet de la plateforme. Pour les Aidants. Animé par Mme Pascale LEPETIT informaticienne (intervenante extérieur).

Être accueilli, pour l'Aidé. Le mardi et jeudi une fois sur deux. Objectif de préserver les compétences et donner des « petits trucs » aux Aidants. Encadré par Mr Claude NOGUEIRA, ASG, et soit par Mme Amélie DUGASTE, ergothérapeute, soit par Mr Jean-Baptiste NOLLEZ Psychomotricien.

Être en relation – “Il y a toi et il y a moi”, en binôme redécouvrir le langage corporel. Pour l'aidant et l'aidé, avec le psychomotricien Jean-Baptiste NOLLEZ.

Se préserver, pour l'Aidant et l'Aidé. Atelier mémoire. Cycle de 5 séances. Avec Mme Amélie DUGASTE, ergothérapeute.

Se défouler, pour l'Aidant avec Mr Claude NOGUEIRA, ASG.

Se divertir, voulez-vous danser ? Pour l'Aidant, animé par MR Claude NOGUEIRA, ASG.

Se masser, Massage détente à 4 mains. Pour l'Aidant et son Aidé avec Patricia CHAMPELOVIER infirmière formée au « toucher massage® » (intervenante extérieur). Sans participation financière pour l'utilisateur, cette activité vous est proposée avec le financement de la conférence des financeurs.

Toutes nos actions se font **sur inscription.**

[Pour vous inscrire, cliquez ICI](#)

Nos actions sont sans participation financière pour l'utilisateur.