

UN TEMPS POUR MOI

ATELIERS POUR
LES AIDANTS

2024

**le premier mercredi
du mois**

de 15h à 17h
à la Résidence Autonomie
Les Champs Fleuris
Les Ponts-de-Cé

Permettre à chacun de prendre du temps pour soi

Cette animation est réservée aux seniors vivant en couple sur l'agglomération angevine et dont l'un est devenu l'aidant de l'autre. Proposés le premier mercredi du mois à la Résidence Autonomie "Les Champs Fleuris" Les Ponts de Cé, ces temps d'échanges sont répartis en deux ateliers distincts : un pour les aidants et un pour les aidés.

Ateliers "un temps pour moi"

ATELIERS AIDANTS

ATELIERS AIDÉS

7 fév.	Socio esthétique	Sophrologie
13 mars	Mouvement dansé	Sophrologie
3 avril	Groupe d'échange	Sophrologie
15 mai	Socio esthétique	Sophrologie
5 juin	Bain sonore	Sophrologie
3 juillet	Mouvement dansé	Sophrologie
7 août	Socio esthétique	Sophrologie
4 sept.	Groupe d'échange	Sophrologie
2 oct.	Mouvement dansé	Sophrologie
6 nov.	Sophrologie	Bain sonore
4 déc.	Bain sonore	Sophrologie
8 janv.	Groupe d'échange	Sophrologie

Renseignements et inscriptions au Trait d'Union :
02 41 79 75 72