

Le relais Jaunay-Marigny des aidants

Habitat Inclusif de Jaunay-Marigny

Programme au dos



Novembre

Journée des aidants



Jeudi 06

10h - 12h : Atelier cuisine

Animé par Céline Guignard cheffe cuisinière

12h - 14h : Déjeunons ensemble

Partageons le repas préparé

14h - 16h : Séance de sophrologie

Animée par Sandrine HESLOT – sophrologue diplômée

Jeudi 13

10h - 12h : Danse assise

Animée par Julie FRANCINEAU

12h - 14h : Déjeunons ensemble

14h - 16h : Parlons de bien-être et sérénité

Animé par le Dr. Elisabeth GRIMAUD

Jeudi 20

10h - 12h : Café & échanges

Présentation de Vienne Autonomie Conseils et de la Plateforme de Répit

12h - 14h : Déjeunons ensemble

14h - 16h : Séance de yoga

Animée par Noémie Bart

Décembre

Journée des aidants

Jeudi 04

10h - 12h : Café & échanges

Animé par Laurie DESOUCHES, animatrice et
présentation du GIHP

12h - 14h : Déjeunons ensemble

14h - 16h : Voyage immersif de Poitiers

Animé par Nathalie Alric

Jeudi 18

10h - 12h30 : Café & échanges

Animé Laurie DESOUCHES, animatrice et Gaëlle Puaud,
psychologue

12h30 - 14h30 : Déjeunons ensemble

14h30 - 16h30 : Médiation animale

Animée par Emilie Drevet

