

+ FORMULAIRE

NOM :

PRENOM :

TELEPHONE :

MAIL :

CHOIX DE MES ATELIERS :

LE MATIN



10h30

Je choisis l'atelier n°

L'APRES MIDI



14h45

Je choisis l'atelier n°

ATTENTION :

Une participation de 12 € est demandée pour la participation au repas de midi.

+ PLANNING

ACCUEIL

Petit déjeuner offert



9h30

INTRODUCTION

Le conte Kamahibai



10h00

ATELIER DU MATIN



10h30

REPAS



12h00

GROUPE DE PAROLE

Mes parents avancent en âge.

Comment je le vis?

Comment je le traverse?



13h15

**ATELIER DE
L'APRES MIDI**



14h45

**FRESQUE
GOURMANDE**



16h00

RETOURS



17h00

INFORMATIONS IMPORTANTES :

Les temps libres entre chaque activité doivent permettre les déplacements et installations.

Il est très important de respecter les horaires de démarrage des ateliers.

ACCOMPAGNER MON PARENT AGÉ

Le Samedi 1er Mars 2025

2 Rue Maryse Bastié

25 220 THISE

ATELIER 1

**Mylène
GUILLOT**



ATELIER RELAXATION:

Atelier de relaxation : détente, calme, bien-être, gestion du stress. Musique relaxante, respiration apaisante, détente corporelle, échanges avec résident et parent.

ATELIER 3

**Corinne
FAVIER**



YOGA DU RIRE:

Le rire : affirmé bon pour la santé par les scientifiques, peut être pratiqué sans raison. Le yoga du rire favorise le bien être physique et mental par des exercices simple en groupe, entraînant un rire réel et contagieux.

ATELIER 2

**Alexandra
BERNARDO**



VOYAGES ENCHANTÉS, CONTES OLFACTIFS:

Explorez des fragrances naturelles, laissez libre cours à votre imagination en écrivant des histoires ou des poèmes inspirés par ces odeurs. Une expérience amusante pour partager vos souvenirs avec juste votre nez et votre esprit curieux.

ATELIER 4

**Auréli
BOUHELIER**



GROUPE DE PAROLE

LE MATIN:

Mettre en lumière les aspects positifs de la vie en établissement pour les résidents et leurs proches via des ateliers créatifs t d'échanges. Réservé aux parents avec enfants ou petits enfants.

L'APRES MIDI:

Echanges libres sur le vieillissement des parents avec quelques apports théoriques en psychologie. Réservé aux proches de résidents ou en voie d'admission en établissement.

LES ATELIERS SUR VOTRE JOURNEE

INSCRIPTIONS

Merci de transmettre ce formulaire à :

Résidence Villa Tysia
2 rue Maryse Bastié
25220 THISE

residence.villatysia@pepcbfc.org
06 17 43 92 34
Avant le 26/02/2025