

RENDEZ VOUS PREVENTION DES PARTENAIRES - *GRATUITS*

- **Cycles ASEPT PEPS - complet** : Le lundi 6 et les jeudis 16, 23 et 30 de 10h00 à 12h00



REPIT ET ACCOMPAGNEMENT AIDANTS/AIDES

- **Halte Répit Détente** : Les lundis 6, 13 et 20 de 13h30 à 17h00 - *accueil occupationnel non médicalisé du proche ayant une maladie neurodégénérative - entretien préalable aidant/aidé*
- **Collectif des aidants « Accompagner un proche tout au long d'une maladie grave »** : Le Mardi 14 mai de 14h00 à 16h00 EHPAD Le Petit Trianon- 05 56 10 16 34



Gratuit pour les adhérents France Alzheimer et 10 euros à l'année pour adhérent bénévole ou adhérent Pôle Ressources

- **Sophrologie France Alzheimer** : Les lundis 13 et 27 de 14h30 à 16h30 avec Virginie Duffieux, sophrologue
- **Gymnastique France Alzheimer** : Les mardis 07 et 21 de de 10h30 à 11h30 avec Olivier Le Mouellic, gym APA
- **Atelier mémoire France Alzheimer** : Les vendredis 17 et 24 de 10h30 à 12h00 avec Cathaleen Rascar, psychologue
- **Collectif des aidants « Accompagner un proche tout au long d'une maladie grave »** : Le mardi 14 mai de 14h00 à 16h00 EHPAD Le Petit Trianon- 05 56 10 16 34

RENDEZ VOUS PREVENTION SANTE INTERVENANTS POLE RESSOURCES

- **Urban Gym Seniors - complet** : Circuit itinérant de gymnastique les mardis 7, 14, 21 et 28
- **Gym Seniors - complet** : Les mercredis 15 et 22 de 10h00 à 11h00 et 29 de 9h30 à 11h00 Marche nordique *

** dans le cas de mauvais temps, la séance se déroulera à l'intérieur.*

- **Chorale** : Les vendredis 10 et 24 de 14h30 à 16h00

RENDEZ-VOUS CULTURELS ET CONVIVIAUX ET ACCOMPAGNEMENT POLE RESSOURCES ET PARTENAIRES

- **Café des langues anglais** : Les lundis 6 et 27 de 16h00 à 17h00
- **Belote/Scrabble** : Les jeudis 2 et 23 de 14h00 à 16h00
- **Cuisinons et dégustons « Repas Italien »** : le vendredi 03 de 10h00 à 14h00 - **participation 3 euros - 12 pers. maximum**
- **Soutien informatique individuel** : Du lundi au vendredi de 10h00 à 17h00 au Pôle Ressources ou à domicile - **sur rendez-vous**
- **Appels et visites de convivialité** : Du lundi au vendredi de 10h00 à 17h00
- **Déjeuner sur place possible** : Du Lundi au Vendredi de 12h00 à 13h00 - **tarif 08 euros (Réservation deux jours avant)** - Salle à disposition pour les seniors apportant leur déjeuner.

INFORMATIONS/ INSCRIPTIONS/ TARIFS :

Garros Alma, Coordinatrice - 05 56 00 24 00 alma.garros@croix-rouge.fr
18 rue Andrée Putman 33100 Bordeaux - TRAM A JARDIN BOTANIQUE

Merci de vous inscrire à chaque atelier afin que l'équipe assure l'accueil et la préparation.

Le mardi matin

10H30 11H30

**POUR LES SENIORS/AIDANTS:
-ADHERENTS FAZH:
GRATUIT
-NON ADHERENTS 10 €/AN**

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

France Alzheimer vous propose des moments de détente!

7 mai
21 mai
4 juin
18 juin
2 juillet

Au centre de ressource Henri Dunant la Croix Rouge
18 rue Andréé Putman 33100 Bordeaux
A 300m de l'arrêt du tram A Jardin botanique
Renseignements au 06 89 42 10 92

FRANCE ALZHEIMER

Organisé avec le soutien de
BOURSE DE SPONSORISANCE

Le lundi après midi

14H30-16H30

**POUR LES SENIORS/Aidants :
-ADHERENTS :GRATUIT
-NON ADHERENTS 10 €/AN**

ATELIER DE RELAXATION

France Alzheimer vous donne toute son attention!

Dates
13mai 27 mai
10 juin 24 juin
1er juillet

Centre de ressource Henri Dunant La Croix Rouge
18 rue Andréé Putman Bordeaux Bastide
A 300m du tram A arrêt Jardin botanique
Renseignements au 06 89 42 10 92

FRANCE ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
Un malade, c'est toute une famille qui a besoin d'aide

Organisé avec le soutien de
BOURSE DE SPONSORISANCE

PARTAGE DU REPAS CONVIVIAL !



Au plaisir de vous accueillir au sein du Pôle
Ressources de l'EHPAD Henry Dunant

+ CROIX-ROUGE
FRANÇAISE