

MARS

AVRIL

Légende :



: Activités pour les Aidants.



: Activités pour les Aidants, avec la possibilité de venir avec le proche aidé.

: Gymnastique douce

: Activités au Bistrot des Aidants

: Activités à l'extérieur

: Ateliers créatifs

: Groupe de parole ou de formation pour les aidants

: Evénement au Bistrot des Aidants avec l'accueil de Jour

: Art thérapie



Les activités se font uniquement sur inscription.
Dans certains cas, une participation pourra vous être demandée.

La Gymnastique au Bistrot des Aidants

Venez passer du bon temps et prendre plaisir à retrouver du bien-être physique avec Ludvine Gilbert, diplômée d'activité physique adaptée.
Inscription trimestrielle



L'Art Thérapie

Nous vous proposons une découverte de l'art thérapie avec des supports comme la peinture ou l'argile. Ces ateliers ne demande aucunes connaissances artistiques et offre un espace d'expression qui permet à chacun de se (re) découvrir en laissant ses mains ressentir, explorer et expérimenter.

Tous les Lundis



Gymnastique douce de 10h45 à 11h45

Pour se maintenir en forme et retrouver du bien être.
Séances animées par Ludvine Gilbert (Siel Bleu)

Tous les Mardis



Art Thérapie de 10h à 11h30

Séances animées par Eva Foerster, stagiaire en art thérapie.

Mardi 01



Sortie au Musée à 15h30

Retrouvons nous au Musée des Beaux Arts afin de découvrir leurs différentes expositions.

Mercredi 02



Fêtons Mardi Gras ! à 14h30

Retrouvons nous pour un moment festif autour d'un karaoké et d'une dégustation de bugnes.

Vendredi 04



Atelier Mosaïque à 10h

Dans une ambiance conviviale et détendue, venez découvrir la mosaïque et réaliser vos propres créations.

Lundi 07



Formation des Aidants de 14h à 16h30

S'adresse aux personnes qui accompagnent un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Mercredi 09



Dans l'atelier du Bistrot des Aidants à 10h

Venez (re)découvrir votre côté artistique ! Plusieurs ateliers vous seront proposés : peinture à l'huile, sculpture, aquarelle...

Jeudi 10



Atelier Jardinage à 14h30

A l'occasion du printemps qui se profile, nous préparerons les semis pour le jardin.

Lundi 14



Groupe Entr'aïdants à 14h30

Thématique proposée : Les maladies neuro-dégénératives sont déroutantes et imprévisibles . Elles éloignent aussi le malade de ses proches de part leur incompréhension.
Quand la communication n'est plus, comment réussir à se comprendre et à interagir ?

Jeudi 17



Atelier Rédaction du Journal à 14h30

Le Journal du Bistrot reprend du service !
Venez déposer sur le papier vos envies, vos idées, votre créativité, vos témoignages d'aidants...

Vendredi 18



Pause déjeuner en musique à 12h30

De Bach à Ravel en passant par Rattini, redécouvrons l'orgue à L'Auditorium de Lyon.
RDV sur place au : 149 Rue Garibaldi.
Inscription avant le 15 mars

Mardi 22



Les rencontres Lugdunum à 14h30

" Etre lyonnaise à Lugdunum " avec fabrication d'un bijou à la mode de l'époque.

Tous les Lundis



Gymnastique douce de 10h45 à 11h45

Pour se maintenir en forme et retrouver du bien être.
Séances animées par Ludvine Gilbert (Siel Bleu)

Tous les Mardis



Art Thérapie de 10h à 11h30

Séances animées par Eva Foerster, stagiaire en art thérapie

Lundi 04



Groupe Entr'aïdants à 14h30

Thématique proposée : Prendre soin de soi quand on est aidant pour prendre soin de l'autre.

Comment continuer sa vie lorsque la maladie et les conséquences qui en découlent surviennent et bouleversent l'équilibre ?

Mercredi 06



Dans l'atelier du Bistrot des Aidants à 10h

Venez (re)découvrir votre côté artistique ! Plusieurs ateliers vous seront proposés : peinture à l'huile, sculpture...

Vendredi 08



Atelier Mosaïque à 10h

Dans une ambiance conviviale et détendue, venez découvrir la mosaïque et réaliser vos propres créations.

Mardi 12



Les rencontres Lugdunum à 14h30

"Mosaïque, sol en sous-sol" suivi d'un atelier de réalisation de motif antique.

Mercredi 13



Atelier Jardinage à 14h30

A l'occasion du printemps qui se profile, nous préparerons les semis pour le jardin.

Jeudi 14



Atelier Rédaction du Journal à 14h30

Venez déposer sur le papier vos envies, vos idées, votre créativité, vos témoignages d'aidants...

Vendredi 15



Dans l'atelier du Bistrot des Aidants à 10h

Venez (re)découvrir votre côté artistique ! Plusieurs ateliers vous seront proposés : peinture à l'huile, sculpture, aquarelle...

Mardi 19



Jouons ensemble ! à 14h30

Venez découvrir et jouez avec nous à des jeux de société mêlant coopération, mémoire ...

Jeudi 21



Fêtons Pâques ! à 15h

Venez partagez un moment festif avec nous avec un spectacle de magie par Florence Ducom !

Mercredi 27



Les P'tits déj du Bistrot à 10h

Venez discuter autour d'un café et de ses viennoiseries

Jeudi 28



Sortie Restaurant à 12h15

Rendez-vous au restaurant " Les Gamins de la Place " pour un repas autour des crêpes.

Groupe Entr'Aidants

Venez échanger en groupe, sur une thématique liée au positionnement d'aidant et autres enjeux liés à l'accompagnement de personnes atteintes d'une maladie neurodégénératives, en présence de la psychologue du Bistrot des Aidants.

C'est un temps de rencontre, d'écoute et de compréhension des expériences de chacun autour de la maladie.

Inscription nécessaire (nombre de places limitées).



Les Séjours Vacances

"Mieux se ressourcer pour mieux aider"

Le Bistrot des Aidants avait l'habitude d'organiser un séjour de 4 jours et 3 nuits pour les Aidants et leur proche Aidé.

Nous partons à 4 couples et 3 accompagnants.

Nous logeons en gîte dans un esprit "familial".

Les activités sont adaptées pour votre plaisir et votre détente. Nous mettons à votre disposition de la joie, de la bonne humeur et de la convivialité afin que chacun puisse trouver un réel moment de répit.

En fonction des conditions sanitaires un prochain séjour sera programmé. N'hésitez pas à réserver votre place.



Le Bistrot des Aidants, c'est aussi :



Un accueil du lundi au vendredi de 9h30 à 17h.



Du café, du soutien, des conseils...



Du lien social, de la convivialité : sorties, activités, événements...



Des entretiens individuels avec la psychologue sur rendez-vous.



Une Médiathèque des aidants qui propose des conseils de lecture, des livres et des documents sur la maladie d'Alzheimer.



Bistrot des aidants

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Mars et Avril 2022

Le Bistrot des Aidants est un lieu de ressource pour les proches et les familles de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et apparentée.

Les activités se font uniquement sur inscription au :

04 78 76 50 48

ou sur place au :

15, rue Villon, Lyon 8ème

ou encore :

bistrotidesaidants@polydom.com

Adhésion annuelle de 50€