

JUILLET

AOÛT

SEPTEMBRE

 Mercredi 3 juillet de 14h à 16h30	Sortie "Gouter Evasion" Retrouvons nous entre aidants au "Café Lumière" pour un goûter convivial et chaleureux. Participation du Bistrot des Aidants : 4€ sur la base d'une formule goûter (boisson + dessert). Adresse : 25 rue du 1er Film, 69008 Lyon
 Lundi 8 juillet de 9h45 à 11h45	Les P'tits déj du Bistrot Retrouvons nous autour d'un café et des viennoiseries au jardin. Nous vous présenterons le programme d'activités des mois de juillet, août et septembre 2024.
 Mercredi 10 juillet de 14h30 à 16h	Jouons ensemble! Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de s'affronter, se tester, ou de coopérer avec nos différents jeux en bois.
 Jeudi 11 juillet de 15h à 16h30	Maux, mots en chanson (Rendu interne) Dans le cadre du projet "Maux, mots en chanson" le Bistrot des Aidants vous propose des ateliers écriture d'une chanson.
 Lundi 15 juillet Jeudi 25 juillet de 14h30 à 16h00	Relookons le Bistrot des Aidants Venez nous aider à changer le look du Bistrot des Aidants. Atelier ponçage, vernissage et peinture au programme.
 Mercredi 17 juillet Jeudi 18 juillet de 14h30 à 16h30	Fresques collaboratives au jardin Le Bistrot des Aidants vous propose deux ateliers "Graff" afin de réaliser une œuvre collective au Jardin des Merveilles de Polydom.
 Lundi 22 juillet de 14h30 à 16h00	Langue et culture espagnole Venez découvrir ou redécouvrir la langue et la culture du pays voisin. Des ateliers ludiques en espagnol seront proposés.
 Jeudi 24 juillet de 14h30 à 16h30	Bal de l'été Venez nous rejoindre pour un après-midi festif composé d'un Bal dansant, suivi d'un goûter estival.
 Mardi 30 juillet de 14h30 à 16h15	Groupe Entr'Aidants Retrouvons-nous pour un temps de rencontre, d'écoute, d'échange autour des expériences de chacun face à la maladie.

 Lundi 5 août de 14h30 à 16h00	Langue et culture espagnole Venez découvrir ou redécouvrir la langue et la culture du pays voisin. Des ateliers ludiques en espagnol seront proposés.
 Mercredi 7 août de 14h30 à 16h00	Goûter au "Jardin des merveilles" Retrouvons au jardin de Polydom pour un goûter convivial et chaleureux.
 Jeudi 8 août horaires et tarification à déterminer	Sortie Cinéma Venez passer un moment convivial en allant au cinéma ensemble, nous vous communiquerons le film sélectionné et l'heure prochainement.
 Mardi 13 août de 14h30 à 16h30	Pause Fraicheur Rendez-vous au jardin du Bistrot des Aidants pour une pause détente. Jardinage, jeux de société, glaces... seront au rendez-vous.
 Lundi 19 août de 14h30 à 16h30	Pause Fraicheur Rendez-vous au jardin du Bistrot des Aidants pour une pause détente. Jardinage, jeux de société, glaces... seront au rendez-vous.
 Mercredi 28 août de 14h30 à 16h30	Pause Fraicheur Rendez-vous au jardin du Bistrot des Aidants pour une pause détente. Jardinage, jeux de société, glaces... seront au rendez-vous.

 Mercredi 4 septembre de 14h à 16h30	Sortie Balnéothérapie Dans une ambiance conviviale et détendue, participez à une sortie bien-être. Nous allons nous relaxer dans les bassins de Balicina. Adresse: <u>64 av Rockefeller, 69008 Lyon</u> Participation du Bistrot de 10€ sur la base d'une entrée à 25€.
 Lundi 9 septembre de 14h30 à 16h00	Atelier créatif Venez nombreux créer les différentes décorations pour la fête de l'automne à venir.
 Mercredi 11 septembre de 14h30 à 16h30	Pause Fraicheur Rendez-vous au jardin du Bistrot des Aidants pour une pause détente. Jardinage, jeux de société, glaces... seront au rendez-vous.
 Mercredi 18 septembre horaires à venir	Sortie Musée des Confluences Le Bistrot des Aidants vous propose une visite guidée d'une exposition au musée des Confluences. Nous reviendrons rapidement vers vous pour les détails concernant l'exposition, les tarifs et l'heure de cette sortie.
 Jeudi 19 septembre de 14h45 à 16h00	Langue et culture espagnole Venez découvrir ou redécouvrir la langue et la culture du pays voisin. Des ateliers ludiques en espagnol seront proposés.
 Mardi 24 septembre de 14h30 à 16h30	Après -midi "Chanson" L'accueil de Jour et le Bistrot des Aidants organisent une après-midi "Chanson". Venez vous amuser en chantant ou en réécoutant vos chansons préférées d'antan.

 **Le bistrot des aidants et l'accueil de de jour seront exceptionnellement fermés le vendredi 16 Août.** 

Merci pour votre compréhension



Nous rappelons que les activités se font uniquement sur inscription et qu'une participation peut être demandée.



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

Formation des aidants familiaux

La maladie d'Alzheimer est souvent déroutante. Comment bien s'y prendre ? Comment résister à l'usure que la maladie provoque ?

Comment tenir... ?

Pour vous aider dans votre démarche d'accompagnement auprès de votre proche, nous vous proposons un cycle de formation de 6 modules.

Rencontres coorganisées avec l'association France Alzheimer et animées par un binôme psychologue/bénévole de FA.

Une prochaine session de formation aura lieu à partir du mois d'Octobre, nous vous transmettrons les dates courant septembre.



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 neurodégénérative, en présence de la psychologue du Bistrot des Aidants.

Une séance par mois, de 14h30 à 16h15 à La Métropole Aidante, sur inscription seulement.

Dispositif de Répétition "Moment Evasion"

Tous les premiers mercredis du mois, profitez d'une après-midi d'évasion où la personne que vous aidez pourra participer à une activité ludique ou bien festive (karaoké, jeux en bois, etc..) à l'Accueil de Jour de 14h à 16h30 et ainsi découvrir ce lieu collectif. Pour vous l'aidant, évadez vous sur ce temps pour prendre soin de vous à l'extérieur ou bien sur une activité proposée au Bistrot. Inscription nécessaire au Bistrot des Aidants ou à l'Accueil de jour.



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

JUILLET- AOÛT-SEPTEMBRE
2024

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

