

JANVIER

FÉVRIER

MARS

Les P'tits déj du Bistrot

Retrouvons nous autour d'un café et des viennoiseries au Bistrot. Nous vous présenterons le programme d'activités des trois premiers mois de cette nouvelle année 2025.

Lundi 6 janvier
de 9h45 à 11h30

Moment Évasion

Sortie Balnéothérapie

Nous vous proposons une sortie bien-être où vous pourrez vous relaxer dans les bassins de Balicina. Adresse : 64 av Rockefeller, 69008 Lyon. Participation du Bistrot de 15€ sur la base d'une entrée à 32€.

Mercredi 8 janvier
de 14h à 16h30

Stage d'initiation Yoga Aidant-Aidé

Retrouvons nous pour la dernière séance du stage de Yoga Aidants-Aidés.

Jeudi 9 janvier
de 14h45 à 16h00

Sortie Restaurant

Retrouvons nous au Restaurant "le Petit Carron" pour un déjeuner convivial et réconfortant. RDV au Bistrot des Aidants. Adresse : 48 avenue Felix Faure, 69003 Lyon. Participation du Bistrot de 13€ sur la base d'un menu à 32.9€.
Sortie susceptible d'être reportée.

Mercredi 15 janvier
de 11h30 à 14h30

Activité Bien-être

Venez vous plonger dans une bulle de douceur grâce à un atelier soin des mains, animé par l'association Éveil des Sens.

Lundi 20 janvier
le matin
horaires à venir

Langue et culture espagnole

Venez découvrir ou redécouvrir la langue et la culture du pays voisin. Des ateliers ludiques en espagnol seront proposés.

Lundi 27 janvier
de 14h30 à 16h

Groupe Entr'Aidants

Retrouvons-nous pour un temps de rencontre, d'écoute, d'échange autour des expériences de chacun face à la maladie.

Mardi 28 janvier
de 14h30 à 16h15

Bal des Rois et des Reines

L'Accueil de Jour et le Bistrot des Aidants vous invitent à son Bal des Rois et des Reines. Le bal sera accompagné d'une animation musicale et de la galette des rois. Qui seront les heureux élus pour être couronnés Rois ou Reines du Bal ?

Mercredi 29 janvier
de 14h30 à 16h30

Moment Évasion

Sortie Musée

Sortie au Musée "Science Expériences" Adresse : 32 rue Thomassin, 69002 Lyon Participation du Bistrot de 9€ sur la base d'une entrée à 22€.

Mercredi 5 février
de 14h à 16h30

Atelier créatif

Venez nombreux pour créer les différentes décorations pour la fête du printemps à venir. Il n'y a pas besoin d'avoir un talent artistique, tous les artistes en herbe sont la bienvenue !

Lundi 10 février
de 14h30 à 16h00

Jouons ensemble!

Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de s'affronter, se tester, ou de coopérer avec nos différents jeux en bois.

Mercredi 19 février
de 14h30 à 16h

Bal Masqué

L'Accueil de Jour et le Bistrot des Aidants vous invitent à son Bal Masqué. Le bal sera accompagné d'une animation musicale et d'un goûter gourmand. Les personnes masquées seront les bienvenues. Possibilité de réaliser vos propres masques sur place.

Lundi 24 février
de 14h30 à 16h30

Groupe Entr'Aidants

Retrouvons-nous pour un temps de rencontre, d'écoute, d'échange autour des expériences de chacun face à la maladie.

Mardi 25 février
de 14h30 à 16h15

Sortie Musée

Sortie au Musée "Science Expériences" Adresse : 32 rue Thomassin, 69002 Lyon Participation du Bistrot de 9€ sur la base d'une entrée à 22€.

Atelier créatif

Venez nombreux pour créer les différentes décorations pour la fête du printemps à venir. Il n'y a pas besoin d'avoir un talent artistique, tous les artistes en herbe sont la bienvenue !

Jouons ensemble!

Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de s'affronter, se tester, ou de coopérer avec nos différents jeux en bois.

Bal Masqué

L'Accueil de Jour et le Bistrot des Aidants vous invitent à son Bal Masqué. Le bal sera accompagné d'une animation musicale et d'un goûter gourmand. Les personnes masquées seront les bienvenues. Possibilité de réaliser vos propres masques sur place.

Groupe Entr'Aidants

Retrouvons-nous pour un temps de rencontre, d'écoute, d'échange autour des expériences de chacun face à la maladie.

Moment Évasion

Sortie "Goûter Évasion"

Retrouvons nous au "Colombus Café" pour un goûter convivial et chaleureux. Participation du Bistrot : 3€ sur la base d'un dessert sucré et une boisson chaude à 6,80€. Adresse : 71 av Frères Lumière, 69008 Lyon

Mercredi 5 mars
de 14h à 16h30

Atelier créatif

Venez nombreux pour créer les différentes décorations pour la fête du printemps à venir. Il n'y a pas besoin d'avoir un talent artistique, tous les artistes en herbe sont la bienvenue !

Lundi 10 mars
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.

Lundi 17 mars
de 14h30 à 16h00

Repas Partagé

Dans une ambiance conviviale et détendue, participez à un repas partagé au Bistrot des Aidants. Apportez une de vos spécialités salées ou sucrées, à partager avec les autres participants. Nous nous occuperons des boissons.

Mercredi 19 mars
de 12h30 à 14h30

Sortie Cinéma

Venez passer un moment convivial en allant au cinéma ensemble. Nous vous communiquerons prochainement le film retenu ainsi que la participation financière.

Jeudi 20 mars
horaires et film à déterminer

Groupe Entr'Aidants

Retrouvons-nous pour un temps de rencontre, d'écoute, d'échange autour des expériences de chacun face à la maladie.

Mardi 25 mars
de 14h30 à 16h15

Jouons ensemble!

Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de s'affronter, se tester, ou de coopérer avec nos différents jeux de société.

Lundi 31 mars
de 14h30 à 16h30

Petit jeu de mots mêlés de l'hiver

Trouvez les mots ci-dessous dans la grille

ski; Noël; luge; gant, mars; igloo; froid; boule; geler; neige; hiver; glaçon; moufle; flocon; écharpe; manteau; janvier; février; décembre; nouvel an



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

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

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.

Planning de la formation

13 janvier

27 janvier

Sur inscription obligatoire

Horaires :
de 14h00
à 16h30

Une prochaine session de formation aura lieu à partir du mois de Mars, les dates vous seront communiquées dès que possible.

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 Répét "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 (karaoqué, 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.



Bistrot des aidants

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

JANVIER - FÉVRIER - MARS
2025



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.



Le Bistrot des Aidants est un lieu de ressources 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 : bistrotdesaidants@polydom.com

