

Avril 2026



DATE	HEURE	THEME		LIEU	DESCRIPTION
Judi 02 avril	9h30-10h45 et/ou 10h45-12h00	Pause bien-être (séance 4)		Maison des aînés	Un atelier musicothérapie Un atelier relaxation dynamique Cycle de 4 séances
Vendredi 10 avril	14h - 16h	Atelier 3 Expression par l'art		Maison des aînés	Lila propose de nous exprimer grâce à diverses techniques artistiques. 3ème séance : sculptons notre pot à souvenirs
Judi 23 avril	10h - 12h	Mouvement thérapie (séance 4)		Maison des aînés	L'art-thérapie par le mouvement, moyen d'expression corporelle, avec Romain Petit (art-thérapeute) Cycle de 4 séances
Vendredi 24 avril	10h - 12h	Comptoir des aidants		Maison des aînés	Découverte de la méthode Vittoz (rééducation psychosensorielle) avec Flore pour une pleine présence intégrée au quotidien
Mardi 28 avril	14h - 16h	Groupe Paroles (séance 4)		Maison des aînés	Lieu d'expression libre sur son vécu d'aidant, ses difficultés. Animé par une psychologue clinicienne. Cycle de 4 séances
Judi 30 avril	10h-15h	Sortie		Parc de la Tête d'Or	Balade sensorielle agréable et conviviale. Pensez à votre pique-nique , vos baskets et votre gourde !



Notes

*	*	*
*	*	*

CALENDRIER ATELIERS AIDANTS

Plateforme d'accompagnement
et de répit des aidants



Maison des Aînés
56, rue du 1er mars 1943
69100 VILLEURBANNE



Janvier 2026



DATE	HEURE	THEME		LIEU	DESCRIPTION
Judi 15 janvier	9h30-10h45 et/ou 10h45-12h00	Pause bien-être (séance 1)		Maison des aînés	Un atelier musicothérapie Un atelier relaxation dynamique Cycle de 4 séances
Mardi 20 janvier	14h - 16h	Groupe Paroles (séance 1)		Maison des aînés	Lieu d'expression libre sur son vécu d'aidant, ses difficultés. Animé par une psychologue clinicienne. Cycle de 4 séances
Judi 22 janvier	10h - 12h	Mouvement thérapie (séance 1)		Maison des aînés	L'art-thérapie par le mouvement, moyen d'expression corporelle, avec Romain Petit (art-thérapeute) Cycle de 4 séances
Judi 29 janvier	10h - 12h	Conférence interactive		Maison des aînés	Mon corps me parle : comment être à l'écoute des messages de notre corps et prendre soin de lui ? Temps d'échange animé par notre psychologue et notre infirmière
Vendredi 30 janvier	10h - 12h	Comptoir des aidants		Maison des aînés	Café - papote : bonne année !

Adhésion annuelle :
18 € pour les villeurbannais
25€ pour les extérieurs

04 78 68 90 50

Inscription obligatoire

noeline.vincent@ovpar.fr
florine.aubry@ovpar.fr



CALENDRIER ATELIERS AIDANTS

Plateforme d'accompagnement
et de répit des aidants

Février 2026

Maison des Aînés
56, rue du 1er mars 1943
69100 VILLEURBANNE

DATE	HEURE	THEME		LIEU	DESCRIPTION
Jeudi 05 février	9h30-10h45 et/ou 10h45-12h00	Pause bien-être (séance 2)		Maison des aînés	Un atelier musicothérapie Un atelier relaxation dynamique Cycle de 4 séances
Mardi 10 février	14h - 17h	Atelier 1 Expression par l'art		Maison des aînés	Lila propose de nous exprimer grâce à diverses techniques artistiques. 1ère séance : l'écriture collective
Jeudi 19 février	10h - 12h	Mouvement thérapie (séance 2)		Maison des aînés	L'art-thérapie par le mouvement, moyen d'expression corporelle, avec Romain Petit (art-thérapeute) Cycle de 4 séances
Mardi 24 février	14h - 16h	Groupe Paroles (séance 2)		Maison des aînés	Lieu d'expression libre sur son vécu d'aidant, ses difficultés. Animé par une psychologue clinicienne. Cycle de 4 séances
Vendredi 27 février	10h - 12h	Comptoir des aidants		Maison des aînés	Jouons à "dessiner, c'est gagné" ! Bonne humeur garantie

Mars 2026

DATE	HEURE	THEME		LIEU	DESCRIPTION
Jeudi 05 mars	9h30-10h45 et/ou 10h45-12h00	Pause bien-être (séance 3)		Maison des aînés	Un atelier musicothérapie Un atelier relaxation dynamique Cycle de 4 séances
Mercredi 11 mars	14h - 16h	Atelier 2 Expression par l'art		Maison des aînés	Lila propose de nous exprimer grâce à diverses techniques artistiques. 2ème séance : dessinons notre animal-totem
Jeudi 19 mars	10h - 12h	Mouvement thérapie (séance 3)		Maison des aînés	L'art-thérapie par le mouvement, moyen d'expression corporelle, avec Romain Petit (art-thérapeute) Cycle de 4 séances
Mardi 24 mars	14h - 16h	Groupe Paroles (séance 3)		Maison des aînés	Lieu d'expression libre sur son vécu d'aidant, ses difficultés. Animé par une psychologue clinicienne. Cycle de 4 séances
Vendredi 27 mars	10h - 12h	Comptoir des aidants		Maison des aînés	Présentation de la médiation par l'animal avec "Cohérence animale"

Notes

*	*	*
*	*	*

FRANCE ALZHEIMER PROPOSE ÉGALEMENT DES GROUPES PAROLE ET DES FORMATIONS À DESTINATION DES AIDANTS À LA MAISON DES AÎNÉS.

SI VOUS ÊTES INTÉRESSÉS, VOUS POUVEZ VOUS RENSEIGNER
AU **04 78 42 17 65**
OU PAR MAIL
SECRETARIAT@FRANCEALZHEIMER69.ORG