

CALENDRIER NOVEMBRE 2021

L'ADHÉSION ET L'INSCRIPTION SONT OBLIGATOIRES POUR PARTICIPER, AINSI QUE LE PASS SANITAIRE

03 87 50 46 40 ou contact@fa57.org

Merci de nous prévenir au plus tôt en cas d'annulation, afin que nous puissions nous organiser.

Gestes barrières et mesures sanitaires respectés (masque, distanciation, désinfection, aération...)

★ **NOUVEAU LES MERCREDIS** ★

➔ La Halte-Relais (pour les aidés et les aidants)

Elle vous offre trois heures d'ateliers collectifs destinés aux aidés comme à leurs aidants, qui changeront chaque semaine, animés par nos intervenants professionnels et nos bénévoles.

Plusieurs possibilités pour l'aidant : participer aux activités avec son aidé(e), ou bien choisir de participer à l'Espace convivialité qui se déroule en parallèle, ou encore prendre un temps pour lui.

➔ l'Espace Convivialité (pour les aidants et les aidés)

Un après-midi ouvert à tous, aussi bien aux habitués de notre association qu'aux personnes souhaitant la découvrir. C'est un espace de partage et d'échange, un moment "café klatsch" pour discuter de tout et de rien autour d'une boisson chaude, et si besoin présenter vos questions ou problématiques particulières concernant la maladie. Venez nombreux !

AUTRES NOUVEAUTÉS

➔ l'Hortithérapie (pour les aidés et les aidants)

Le jardinage est bien connu pour améliorer la santé physique et mentale. Les objectifs de cette activité sont le ralentissement du déclin cognitif, la diminution de l'agitation, et un sentiment de bien-être apporté par le lien avec la nature. Animé par notre art-thérapeute Laura qui s'est spécialement formée à l'accompagnement thérapeutique par cette discipline. Un vrai moment de partage !

➔ l'Atelier Mémoire (pour les aidés)

Une activité adaptée et stimulante, qui permet de mobiliser les capacités cognitives restantes et de valoriser la personne malade de manière ludique. Animé par notre psychologue Marine qui utilise divers supports en s'adaptant à chaque participant.



MERCI DE VOUS INSCRIRE AU PLUS TÔT POUR PARTICIPER AUX ATELIERS

03 87 50 46 40 ou contact@fa57.org

Merci de nous prévenir rapidement en cas d'annulation, afin que nous puissions nous organiser.

Bleu = Atelier pour les aidés ET les aidants

Vert = Atelier pour les aidants uniquement

Rouge = Atelier pour les aidés uniquement

Activités à ROMBAS

NOVEMBRE 2021	Mer	10	Gym Douce	10 h 00 - 11 h 30
	Mer	24	Gym Douce	10 h 00 - 11 h 30
	Jeu	25	Art-thérapie	14 h 00 - 16 h 00
			Groupe de parole	14 h 00 - 16 h 00

Activités à HAGONDANGE

NOVEMBRE 2021	Mer	3	Gym Douce	10 h 00 - 11 h 30
	Mer	10	Art-thérapie	14 h 30 - 16 h 30
			Groupe de parole	14 h 30 - 16 h 30
	Mer	17	Gym Douce	10 h 00 - 11 h 30
	Mer	24	Art-thérapie	14 h 30 - 16 h 30
			Groupe de parole	14 h 30 - 16 h 30

Activités à THIONVILLE

NOVEMBRE 2021	Jeu	4	Danse	14 h 30 - 15 h 30
	Mer	10	Danse	14 h 30 - 15 h 30
	Mer	17	Danse	14 h 30 - 15 h 30
	Mer	24	Danse	14 h 30 - 15 h 30

ADRESSES DES

ROMBAS : Maison du lien social

ACTIONS :

2A rue du Maréchal Lyautey 57120 ROMBAS (rue menant au stade, à proximité de la Cité Scolaire)

HAGONDANGE : Salles communales Einstein

Rue Mozart 57300 Hagondange (à proximité de l'EHPAD)

THIONVILLE : Salle Orban à l'hôpital LE KEM

129 route de Guentrange 57100 THIONVILLE (à côté des pompiers)

MERCI DE VOUS INSCRIRE AU PLUS TÔT POUR PARTICIPER AUX ATELIERS

03 87 50 46 40 ou contact@fa57.org

Merci de nous prévenir rapidement en cas d'annulation, afin que nous puissions nous organiser.

Bleu = Atelier pour les aidés ET les aidants

Vert = Atelier pour les aidants uniquement

Rouge = Atelier pour les aidés uniquement

NOVEMBRE 2021	Mar	2	Art-thérapie	13 h 45 - 15 h 30
			Activité Physique Adaptée	14 h 45 - 15 h 30
				15 h 30 - 16 h 15
	Taï Chi - Qi Gong (à l'Espace Corchade)			14 h 30 - 16 h 00
	Mer	3	Art-thérapie	10 h 00 - 11 h 30
			Groupe de parole	10 h 00 - 11 h 30
			NOUVEAU Halte-Relais avec activité <u>DANSE ADAPTÉE</u>	14 h 00 - 17 h 00
			Espace convivialité (en parallèle de la Halte-Relais)	14 h 00 - 17 h 00
	Jeu	4	Groupe malades jeunes	15 h 30 - 17 h 30
	Lun	8	Groupe de parole	18 h 00 - 20 h 00
	Mar	9	Atelier mémoire	14 h 30 - 16 h 30
			Taï Chi - Qi Gong (à l'Espace Corchade)	14 h 30 - 16 h 00
Mer	10	NOUVEAU Halte-Relais avec activité <u>MOBILISATION COGNITIVE</u>	14 h 00 - 17 h 00	
		Espace convivialité (en parallèle de la Halte-Relais)	14 h 00 - 17 h 00	
Lun	15	NOUVEAU Hortithérapie	14 h 30 - 16 h 30	

ADRESSES DES

Espace Corchade (pour le Taï Chi)

ACTIONS :

37 rue du Saulnois 57070 METZ (ligne de bus n°1 arrêt LORIENT)

Siège de l'association (pour les autres activités de Metz)

4ter avenue de Lattre de Tassigny 57000 METZ (direction MONTIGNY LES METZ)

MERCI DE VOUS INSCRIRE AU PLUS TÔT POUR PARTICIPER AUX ATELIERS

03 87 50 46 40 ou contact@fa57.org

Merci de nous prévenir rapidement en cas d'annulation, afin que nous puissions nous organiser.

Bleu = Atelier pour les aidés **ET** les aidants

Vert = Atelier pour les aidants **uniquement**

Rouge = Atelier pour les aidés **uniquement**

NOVEMBRE 2021	Mar	16	Art-thérapie	13 h 45 - 15 h 30
			Activité Physique Adaptée	14 h 45 - 15 h 30
				15 h 30 - 16 h 15
				Taï Chi - Qi Gong (à l'Espace Corchade)
	Mer	17	Art-thérapie	10 h 00 - 11 h 30
			Groupe de parole	10 h 00 - 11 h 30
	Jeu	18	Groupe malades jeunes	15 h 30 - 17 h 30
	Ven	19	NOUVEAU Halte-Relais avec activité SOPHROLOGIE	14 h 30 - 17 h 30
	Mar	23	Atelier mémoire	14 h 30 - 16 h 30
			Taï Chi - Qi Gong (à l'Espace Corchade)	14 h 30 - 16 h 00
	Mer	24	NOUVEAU Halte-Relais avec activité MOBILISATION COGNITIVE	14 h 00 - 17 h 00
			Espace convivialité (en parallèle de la Halte-Relais)	14 h 00 - 17 h 00
	Jeu	25	Groupe malades jeunes	15 h 30 - 17 h 30
	Lun	29	NOUVEAU Hortithérapie	14 h 30 - 16 h 30
Mar	30	Art-thérapie	13 h 45 - 15 h 30	
		Activité Physique Adaptée	14 h 45 - 15 h 30	
			15 h 30 - 16 h 15	
			Taï Chi - Qi Gong (à l'Espace Corchade)	14 h 30 - 16 h 00

ADRESSES DES

Espace Corchade (**pour le Taï Chi**)

ACTIONS :

37 rue du Saulnois 57070 METZ (ligne de bus n°1 arrêt LORIENT)

Siège de l'association (pour les autres activités de Metz)

4ter avenue de Lattre de Tassigny 57000 METZ (direction MONTIGNY LES METZ)