

PROGRAMME

- ✧ Ateliers mémoire
- ✧ Café Papotes'
- ✧ Bien-être & mémoire
- ✧ Zoothérapie

Important

Modalités d'inscription :

- ➔ Ouvert à tous les Chalonnais de 60 ans et plus,
- ➔ Activités gratuites,
- ➔ Sur inscription,
- ➔ Transport assuré si besoin.

LES ATELIERS SONT ORGANISÉS PAR :

Résidence-Autonomie

"Soleil de Loire"

23 allée du Parc

49290 CHALONNES-SUR-LOIRE

☎ 02 41 78 23 39

✉ residencesoleildeloire@chalonnnes-sur-loire.fr

ACCUEIL

HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi	8h30 - 12h
Mardi	8h30 - 12h
Mercredi	8h30 - 12h // 14h - 16h
Jeudi	8h30 - 12h
Vendredi	8h30 - 12h



DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE
anjou



PROGRAMME

ACTIONS

PRÉVENTION

SANTÉ



Ouvert aux Chalonnais
de 60 ans et plus

Gratuit

Résidence-Autonomie "Soleil de Loire"
23 allée du Parc, 49290 Chalonnnes-sur-Loire
☎ 02 41 78 23 39

✉ residencesoleildeloire@chalonnnes-sur-loire.fr

Ateliers mémoire



Cycle d'ateliers pour entretenir et stimuler sa mémoire

- ➔ 14 séances d'une durée de 1h30
- ➔ Les mercredis de 10h30 à 12h
- ➔ À partir du 11 septembre 2019
- ➔ 1^{ère} séance découverte
- ➔ 16 personnes maximum
- ➔ Ateliers gratuits

Café Papotes'

Sur des sujets qui vous interrogent et/ou vous intéressent

- ➔ 8 séances d'une durée de 1h
- ➔ Les vendredis de 10h30 à 11h30
- ➔ À partir du 27 septembre 2019
- ➔ 1^{ère} séance découverte
- ➔ 16 personnes maximum
- ➔ Ateliers gratuits



Ateliers animés par Nathalie VAILLANT, diplômée et spécialiste en gériatrie.

Bien-être & Mémoire

PROGRAMME

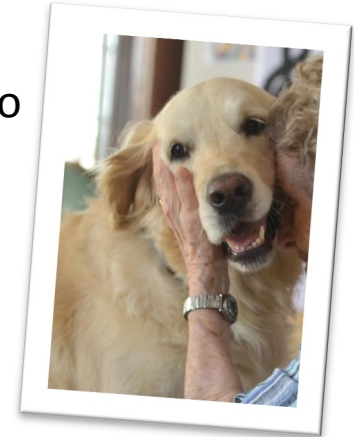
- Jeux ludiques sous forme de « *Mémoire boîtes* »
- Respiration et relâchement en musique
- Modelage papillon
- Auto massage
- Travailler ma mémoire et la joie avec le Madison

**Jeudi 10 octobre 2019
de 15h à 16h30**

Séance animée par Valérie MALLARD :
sophrologue spécialisée en communication appliquée.

Zoothérapie

Venez rencontrer les chiens Eclipse & Louna, Ruby le perroquet, Woody le hamster, Ratatouille le chinchilla, Caméo le lapin... mais encore pleins d'autres boules de poils !



Méthode thérapeutique préventive à visée récréative qui utilise la proximité d'un animal susceptible d'améliorer votre quotidien.

**Jeudi 14 novembre 2019
de 15h à 16h30**

Séance animée par Katia BENOIT :
aide-soignante, zoothérapeute et assistante de soins en gériatrie.