

Animations pour les Aînés

Résidence Autonomie Docteur Paul Bréchet de Caudebec-en-Caux
- dans la salle commune -

Tous les mercredis de 10h30 à 11h30 : Sophrologie

Lundi 07 janvier de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 10 janvier de 14h à 16h : Estime de soi – la place du toucher*

Jeudi 17 janvier de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Lundi 21 janvier de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 24 janvier de 14h à 16h : L'aménagement de l'habitat*

Jeudi 31 janvier de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Lundi 4 février de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 14 février de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Lundi 18 février de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 21 février de 14h à 16h : Le matériel de prévention de la perte d'autonomie*

Jeudi 28 février de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Jeudi 7 mars de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Lundi 11 mars de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 14 mars de 14h à 16h : La prévention des chutes*

Jeudi 21 mars de 14h à 15h : Relaxation à l'aide des pierres et des minéraux

Lundi 25 mars de 10h à 11h : Gestion des douleurs

Jeudi 28 mars de 14h à 16h : Sensibilisation sur les risques liés au diabète*

**sans inscription*

