

Pour qui ?

Pour les personnes atteintes de troubles cognitifs progressifs et leurs aidants.

Pourquoi ?

Pour stimuler votre proche.

Pour permettre à votre proche de profiter d'un environnement stimulant et ludique participant à son bien être et à l'optimisation de ses capacités.

Décrocher du quotidien et profiter d'un moment de détente et d'échange.

A travers un panel d'activités variées, nous vous invitons à construire un moment privilégié, ludique et apaisant.

Comment ?

Nous vous proposons de pratiquer au sein d'ateliers conviviaux des activités manuelles, des activités de bien-être et des activités culturelles et de loisirs.

Pratiquer à deux ou suivre chacun son envie du moment.

L'encadrement et les activités, adaptés aux capacités de chacun, vous permettront de les partager avec vos malades ou de participer chacun à une activité différente.

Quand ?

Nous vous donnons rendez-vous tous les mardis (hors périodes de vacances universitaires) de 14h00 à 17h00 à partir du 30 septembre 2008 jusqu'au 09 décembre 2008. Une seconde période, dont le programme vous sera communiqué ultérieurement, s'étalera de janvier à avril 2009.

Inscription gratuite.

CEGVH

22, rue de la Barrière Blanche 75018 Paris

Adresse postale : 23 rue J. de Maistre - 75018 Paris

Inscriptions et renseignements :

01 53 11 18 28 ou 01 53 11 18 46

Accès transports en commun :

Métro : Guy Môquet (ligne 13) ou Lamarck – Caulaincourt (ligne 12)

Bus : ligne 95, arrêt Jacques Froment

Projet réalisé avec la participation des étudiants du master « Vieillesse, Handicap : Mouvement, Adaptation »



Un accompagnement pour les aidants et leur proche

ENTR'AIDE ET VOUS

Ateliers d'animation, de réflexion et de
stimulation corporelle et cognitive

Echange



Détente



Soutien



Convivialité



Ecoute

**Pratiquer à deux ou
suivre chacun son envie
du moment.**

**Vous souhaitez participer à ces ateliers mais avez un soucis
de transport ou autre ...**

Faites-nous part des difficultés que vous rencontrez, nous mettrons tout en oeuvre pour vous aider à les surmonter. Nous pouvons, par exemple, vous accompagner sur vos trajets ou rembourser vos frais de déplacements par le biais de votre caisse complémentaire de retraite.

Le CEGVH propose aussi : (Programmes joints)

- **pour vous et votre proche :**

Une chorale, **Chant et joie**, pour de la joie partagée en chantant, les jeudis après-midi.

- **pour vous aidants :**

Un **Programme de soutien aux aidants**, les mercredis après-midi.

**Et retrouvez toutes les formations dès maintenant au CEGVH et sur
<http://cegvh.monespace.net>**

Toutes les semaines

Nous vous proposons, à vous comme à votre proche, de retrouver à chacun de nos rendez-vous, le mardi après-midi, les activités suivantes :

Activités corporelles : gymnastique douce, relaxation, pour stimuler votre équilibre, votre souplesse et votre dextérité grâce à des exercices simples et ludiques

Ateliers d'arts plastiques : bien être, création et stimulation à travers la peinture, le dessin, les collages...

Chant : au rythme des chansons que vous aimez, venez prendre du plaisir en travaillant votre souffle et vos cordes vocales...

Coin lecture : des revues ou des livres pour se détendre et s'informer.

Jeux de société et de stratégie : pour retrouver l'ambiance des soirées d'autrefois, pour le challenge ou simplement pour le plaisir.

Possibilité d'ateliers informatique, sur demande.

Une semaine sur deux

Une semaine sur deux nous vous proposons une visite au Louvre et un groupe de parole à destination des aidants, en partenariat avec l'association **ARTZ** (Artists for Alzheimer's).

Période du 30 septembre au 09 décembre

Dates	Chant	Arts plastiques	Activités corporelles	Visites au Louvre	Groupes de parole	Autres (informatique, jeux, lecture...)
30/09	X	X	X			X
07/10	X	X	X	X		X
14/10	X	X	X		X	X
21/10	X	X	X	X		X
04/11	X	X	X		X	X
18/11	X	X	X	X		X
25/11	X	X	X		X	X
02/12	X	X	X	X		X
09/12	X	X	X		X	X

Pour les sorties la présence de l'aidant est souhaitée pour des questions de responsabilité et d'assurance.