



PROGRAMME
DE PRÉVENTION
DE LA PERTE D'AUTONOMIE

DU 01 AVRIL 2024 AU 31 MARS 2025

Détente & Relâchement

avec la sophrologie

Du 24 avril au 9 octobre 2024



animé par Sandrine Beucher,
soignante et sophrologue
Personnes souffrant de troubles cognitifs

2 mercredis par mois de 10 h 30 à 12 h

Gestion du stress et des émotions

avec la sophrologie

Du 24 avril au 9 octobre 2024



animé par Sandrine Beucher,
soignante et sophrologue
Personnes de plus de 60 ans ou proches aidants

2 mercredis par mois de 14 h à 15 h 30

Maintien de la mobilité

atelier

Du 01 avril 2024 au 31 mars 2025



animé par Deborah, ergothérapeute,
accompagnée d'un aide-soignant
Personnes de 60 ans et plus marchant avec ou
sans canne ou déambulateur

Tous les jeudis de 10 h à 11 h 30

Remue-Méninges

atelier

Du 01 avril 2024 au 31 mars 2025



animé par Deborah, ergothérapeute,
accompagnée d'un aide-soignant
Personnes de 60 ans et plus sans troubles
cognitifs ou troubles naissants

Tous les jeudis de 15 h à 16 h 30

Renseignements et inscriptions :

Résidence L'Étoile du Soir
54, rue du stade
85530 La Bruffière
T. 02.51.42.50.62



Action financée par la Conférence des Financeurs
de la Prévention de la Perte d'Autonomie de Vendée
et mise en place par la résidence L'Étoile du Soir.