

(MOUVEMENTS PARTAGÉS)



**Des ateliers pour partager autre chose
que la maladie d'Alzheimer
et maladies apparentées.**

C'est quoi ?

Le projet « mouvements partagés » est un programme d'activités physiques adaptées proposé sur une période de 3 mois à raison d'une séance collective d'1 heure 30 par semaine.

Ces ateliers constituent une pause afin de vous faire partager autre chose que la maladie dans une ambiance conviviale.

Animés par un professionnel de l'activité physique adaptée accompagné par des animatrices du CLIC du Pays Mellois et de la Mutualité Française Poitou-Charentes, il vous sera proposé :

- Des ateliers d'activités physiques ludiques.
- Un temps convivial autour d'un goûter.

Pourquoi ?

Au cours des stades légers à moyens de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées, vous avez pu constater que les propositions de prise en charge concernent soit les malades (Equipes Spécialisées Alzheimer, accueil de jour ...) soit les aidants (formation, groupes de parole...).

Pris par la maladie, vous pouvez observer une diminution de vos activités sociales et de loisirs, une difficulté à prendre du temps pour soi et du plaisir avec votre proche.

L'activité physique adaptée est un moyen pour favoriser le lien avec l'autre en partageant des moments de complicité et de convivialité et valoriser les capacités restantes de votre proche.

Pour qui ?

Ces ateliers s'adresse au binôme aidant/aidé :

- Malades à un stade léger à modéré de la maladie
- Leurs aidants (conjoint, enfant, voisin...)
- Résidant sur le territoire du Haut Val de Sèvre et du Pays Mellois

Quand ?

Les ateliers sont proposés tous les mercredis, de 10h à 11h30, à partir du 6 mai jusqu'au 15 juillet 2015.

Où ?

Les ateliers se déroulent à la salle Madeleine Gelin au Moulin du Pont l'Abbé (79800 La Mothe-Saint-Héray).

Comment s'inscrire ?

Les ateliers sont gratuits

Vous avez la possibilité de participer à 3 séances sans engagement de votre part.

Renseignements et inscription auprès du CLIC du Pays Mellois au 05.49.29.79.79.

Si vous avez des difficultés à vous rendre aux ateliers, des solutions de transport peuvent être proposées.

Comment s'y rendre ?



Agir au cœur
de la santé

Pour savoir plus sur la
Mutualité Française Poitou-Charentes

www.poitoucharentes.mutualite.fr