



Plateforme de répit

Possibilité d'accueillir votre proche

❖ Atelier mémoire
Venez faire des exercices
pour remuer vos méninges

❖ Sophrologie
Moment de lâcher prise avec
Sabrina Braëm

❖ Point Rencontre
Un moment d'échange
d'écoute et d'information
entre aidant et
professionnels.

Renseignement et inscription :

07.87.05.24.07

06.74.26.11.36

plateformederepit@cdgi36.fr

1 chemin du Lavoir,
36000 Châteauroux

◆ **Jeudi 6, 9h30-10h30 ou 10h45-11h45**

Atelier Mémoire à Passerelle

5 place champagne, 36000 CHATEAUROUX

◆ **Mercredi 12, 15h00-16h00**

Sophrologie

Dans les locaux de la plateforme

◆ **Jeudi 20, 14h30-16h00**

Point Rencontre

«Comprendre l'évolution de la maladie »

Dans les locaux de la plateforme

◆ **Mardi 25, 10h00 – 12h00**

Atelier mémoire à Brenne Box

1 place Jean Moulin, 36290 Mézière en Brenne

Programme des activités Aout 2023

Plateforme de répit

Possibilité d'accueillir votre proche

❖ Les p'tites sorties
Venez partager avec nous un moment convivial avec votre proche.

❖ Atelier mémoire
Venez faire des exercices pour remuer vos méninges

❖ Sophrologie
Moment de lâcher prise avec Sabrina Braëm

❖ Activité physique adaptée
Venez bouger à votre rythme en compagnie de Marion Lerendu

❖ Point Rencontre
Un moment d'échange d'écoute et d'information entre aidant et professionnels.



Renseignements et inscription :

07.87.05.24.07

06.74.26.11.36

plateformederepit@cdgi36.fr

1 chemin du Lavoir,
36000 Châteauroux