

# Programme Animations

## JANVIER 2025

Bonjour à tous, et bonjour à cette nouvelle année,

J'espère que vos fêtes de fin d'année ont été chaleureuses et synonyme de partage.

L'année 2025 sera riche de nouveautés et de convivialité. Les activités pour vous ressourcer et vous faire du bien sont au programme de janvier. De nouveaux temps forts seront proposés au cours de l'année.

Une formation spécifique sur la maladie d'Alzheimer est proposée sur Challans par l'association France Alzheimer.

Retrouvez-nous dans un cadre bienveillant et convivial !

Les activités sont gratuites et les **inscriptions sont obligatoires** :

pfr.nordouest@lna-sante.com ou au **06.77.39.09.06**

### LES ACTIVITÉS DU MOIS DE JANVIER

<p><b>Vendredi 10 janvier</b></p> 	<p><b>Sophrologie</b> <b>14h-15h</b> Pour les aidants</p>	<p>Salle de la Baritaudière 2 rue des pins, <b>Saint Hilaire de Riez</b></p>
<p><b>Lundi 20 janvier</b></p>  <p><i>Café des aidants®</i></p>	<p><b>Café des aidants</b> <b>14h30- 16h</b></p> <p><b>Comment gérer mon stress ?</b></p>	<p>Café le Nid partagé 8 rue de la redoute, <b>Challans</b></p>
<p><b>Lundi 20 janvier</b></p>	<p><b>Sophrologie</b> <b>14h-15h</b> Pour les aidants</p>	<p>Salle de l'Ogerie Square Marcel Baudoin, <b>Challans</b></p>

<p><b>Lundi 27 janvier</b></p>	<p><b>Gym douce</b> Ouvert à votre proche <b>14h30-15h30</b></p> 	<p>Salle du Parc Haut 9 rue Jean Mermoz <b>Coëx</b></p>
--------------------------------	--	---

Voici les dates de la formation sur la maladie d'Alzheimer proposée par France Alzheimer à Challans de 9h30 à 12h15 au Nid Partagé, 3 rue de la Redoute :

- Jeudi 30 Janvier
- Jeudi 6 Février
- Jeudi 6 Mars
- Jeudi 13 Mars
- Jeudi 27 Mars

Inscription et informations au 02 51 43 71 05 ou à l'adresse [contact85@francealzheimer.org](mailto:contact85@francealzheimer.org)

Mes collègues coordinatrices, Emilie et Laura , restent disponibles pour répondre à vos questions ou prendre en compte vos inscriptions pour les activités via le même numéro de téléphone et adresse mail. Une nouvelle coordinatrice se présentera bientôt à vous, pour vous soutenir et vous accompagner.

Bien à vous,

Elise Landuré, Coordinatrice Nord-Ouest