



Maintien à domicile



*L'accueil de votre proche aidé peut se faire durant votre temps d'activité (journée « répit »)*

**Renseignements au 04 77 83 02 90**

**Café des Rencontres – 2 Rue Marx Dormoy – 4280 Rive de Gier –  
04 77 83 02 90 – [plateforme@pci42.fr](mailto:plateforme@pci42.fr)**

**PLATEFORME**   
D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT DES AIDANTS

 **PCI**  
Maintien à domicile

 *Café  
rencontres*

« *Journée  
Aidants* »

Programme d'activités Mars- Avril 2020

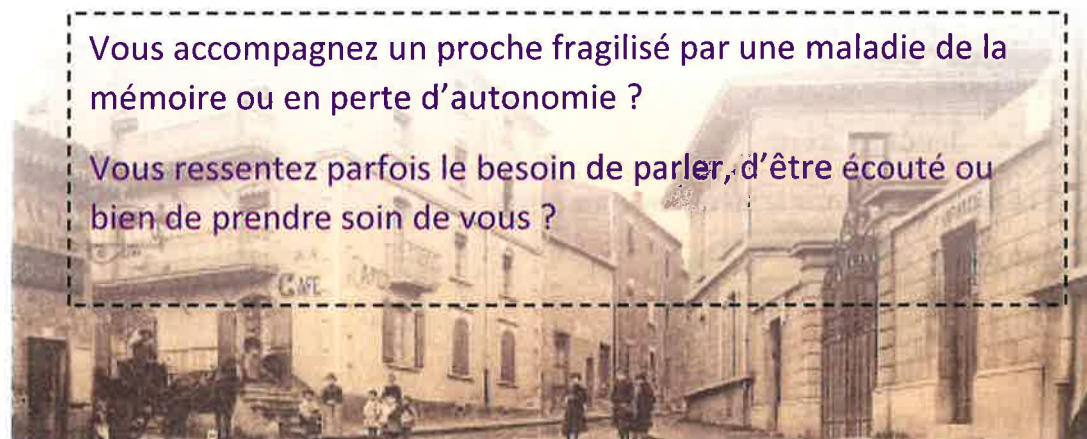
**SOUTENIR**

**SOULAGER**

**ORIENTER**

Vous accompagnez un proche fragilisé par une maladie de la mémoire ou en perte d'autonomie ?

Vous ressentez parfois le besoin de parler, d'être écouté ou bien de prendre soin de vous ?



**Renseignements et inscriptions : 04 77 83 02 90 – [plateforme@pci42.fr](mailto:plateforme@pci42.fr)  
2 Rue Marx Dormoy, 42800 Rive de Gier**

## ACTIVITES GRATUITES (sauf en cas de demande de participation financière) ET SUR INSCRIPTION

Possibilité de halte répit pour accompagner votre proche durant l'activité

### YOGA – de 14h30 à 16h00

Se détendre et se ressourcer

- Vendredi 6, 20 Mars
- Vendredi 3, 17 Avril



### GYMNASTIQUE – de 14h00 à 15h00

S'assouplir en douceur

- Mercredi 4, 11, 18, 25 Mars
- Mercredi 1, 8, 15, 22, 29 Avril




### Table D'Hôte- de 12h à 14h30

Repas convivial où chacun apporte une spécialité

- Jeudi 23 Avril

Thème : Invoquons le soleil avec un repas mexicain



 Aidant(e) / aidé(e)  : Aidant(e)

### ENSEMBLE -

- Vendredi 27 Mars- de 14h00 à 17h00

Atelier couture

Fabrication d'accessoires, objets de décoration à la main.



- Jeudi 9 Avril-14h30

Après-midi Jeux

Moment convivial, Scrabble, Trivial Pursuit...



### SORTIE-

- Jeudi 12 Mars-11h45

Grenouille partie au « Pieds dans l'eau »  
(Doizieux) Participation de 12,50 €



- Jeudi 30 Avril-12h30

Mini-golf (Villerest)

