

# PLANNING DU MOIS DE SEPTEMBRE

Les ateliers sont sur inscription afin de respecter les mesures de distanciation sociale.

Vous pouvez nous contacter par mail [mimosa-ehpad.bordeaux@croix-rouge.fr](mailto:mimosa-ehpad.bordeaux@croix-rouge.fr) ou par téléphone : **09 54 51 36 60** ou **06 47 14 16 17**.

## • Ateliers de prévention santé et d'animation culturelle

« **BELOTE** » : Les lundis **7, 14, 21** et **28** et les mercredis **2, 9, 16, 23** et **30** de **14h00** à **17h00** avec un volontaire en Service Civique et une bénévole de l'Unité Locale de la Croix-Rouge (4 personnes maximum).

« **SCRABBLE** » : Les jeudis **3, 10, 17** et **24** de **14h00** à **17h00** avec un volontaire en Service Civique (4 personnes maximum).

« **INFORMATIQUE** » : Séance individuelle d'une heure du lundi au vendredi avec l'équipe de la Villa Mimosa (sur rendez-vous)

« **RENDEZ-VOUS DES SAVOIRS** » : Les mardis **15, 22** et **29** de **10h30** à **11h30** avec M. Brouzes-Loups (7 personnes maximum).

« **GYM DOUCE** » : Les mercredis **16, 23** et **30** de **11h00** à **12h00** dans le jardin de la Villa Mimosa avec Cédric de Sam omnisport (8 personnes maximum).

« **YOGA** » : Les jeudis **17** et **24** de **10h00** à **11h00** et de **11h15** à **12h15** dans le jardin de la Villa Mimosa avec Nathalie Caste (8 personnes maximum).

« **MÉMOIRE ET BIEN VIEILLIR** » : Le vendredi **25** septembre de **10h15** à **11h15** avec Alicia Frozon : Retour sur la période de confinement – Quels impacts sur notre Bien-Vieillir ? (7 personnes maximum).

## • Les temps de répit aidants-aidés :

« **HALTE RÉPIT DÉTENTE** » : Les mardis **1, 8, 15, 22** et **29** de **14h00** à **17h00** avec des bénévoles de l'Unité Locale de la Croix-Rouge et des volontaires en Service Civique. Créneaux supplémentaires sur rendez-vous (4 personnes maximum).

« **ATELIER MÉMOIRE FRANCE ALZHEIMER** » : Les vendredis **4** et **25** de **15h00** à **16h00** (ouvert aux adhérents France Alzheimer – 4 personnes maximum)

« **GROUPE DE PAROLE FRANCE ALZHEIMER** » : Le samedi **12** de **10h30** à **12h00** (ouvert aux adhérents France Alzheimer - accueil du proche possible 8 personnes maximum)



Pôle Ressources de la Croix-Rouge française « Villa MIMOSA », 5 rue du Haut-Queyron, 33000 BORDEAUX

Mail : [mimosa-ehpad.bordeaux@croix-rouge.fr](mailto:mimosa-ehpad.bordeaux@croix-rouge.fr)

Tel : 09.54.51.36.60 ou 06.47.14.16.17