

Café Mémoire France Alzheimer : les bienfaits du Yoga du rire



Café Mémoire France Alzheimer : les bienfaits du Yoga du rire

Rendez-vous Mercredi 2 avril à Mirande

Quelles solutions pour les malades et leurs proches ? Les approches thérapeutiques non médicamenteuses de la maladie d'Alzheimer et des troubles apparentés sont au cœur de la prise en soins. Quelles activités favorisent le bien-être des malades et des aidants familiaux ?

Lors des différentes rencontres de ce semestre, Victoire Deltour, psychologue, et les bénévoles de l'association vous proposent d'explorer différents types d'activités.

Le mois dernier le Café mémoire France Alzheimer recevait Agnès Prieur, art-thérapeute installée à Panassac. Une séance passionnante, après avoir présenté son parcours et son travail auprès des malades, elle a proposé à l'assistance une petite expérience artistique. Nous espérons, en fonction de la demande, pouvoir proposer prochainement un atelier d'art-thérapie aux malades et/ou aux aidants.

Ce mercredi 2 avril à partir de 15h à l'auberge de la Halle de Mirande, l'invitée Martine Despax, professeure de Yoga, sophrologue Caycédiennne, psychologue et plus... nous présentera le Yoga du Rire, ses bienfaits sur la santé et fera peut-être vivre à l'assistance une petite expérience.

Elle est bien connue et très appréciée par les adhérents de l'association, pour son écoute, sa bienveillance et ses compétences. Elle anime, une fois par semaine, à Mirande et à Auch l'Atelier Relaxation France Alzheimer. Pour ceux qui ne pourraient pas assister à la séance et qui souhaiteraient intégrer l'atelier relaxation, voici ses coordonnées : 07 89 62 23 62

Et si le rire libérait nos tensions, nos émotions et nous reconnectait avec la Joie ?

Les malades et leurs proches seront les bienvenus au Café Mémoire de ce mercredi mais aussi toute personne intéressée par le thème.

Changeons le regard sur la maladie. « Un malade, c'est toute une famille qui a besoin d'aide »

En dehors des frais de la consommation prise par chaque participant, le Café Mémoire est gratuit.

Informations au 06 88 30 26 82.



Café mémoire F A 5 mars 2025
Invitée Agnès Prieur art-thérapeute
café mémoire Mirande mars 2025 (1).jpg



le goûter préparé par les bénévoles
Café mémoire 5 mars 2025 Mirande

café mémoire Mirande 5 mars 2025 2.jpg