

STIMULATION COGNITIVE

Tous les MARDIS de 14h30 A 16h30

Qu'est ce que la stimulation cognitive ?

C'est une technique de prise en charge des troubles de la mémoire. Il s'agit d'une approche pédagogique globale :

- cognitive
- psychologique
- sociale.

Pour qui ?

La stimulation cognitive s'adresse aux personnes présentant des troubles cognitifs dans le cadre d'une Maladie d'Alzheimer ou d'un syndrome apparenté. Pourquoi, quels objectifs ?

L'objectif principal est d'optimiser les ressources cognitives, affectives et sociales à chaque stade de la maladie, en exploitant les capacités préservées.

Les bénéfices attendus :

- Ralentir l'évolution de la maladie
- Préserver au mieux l'autonomie
- Rompre l'isolement social
- Entretenir les acquis
- Retrouver confiance en soi...

Des exercices spécifiques vous seront proposés en groupe dans un cadre convivial.

HALTE REPIT

Tous le JEUDIS de 14h30 A 16H30

OBJECTIF

Accueillir ponctuellement des personnes présentant des troubles cognitifs (maladie d'Alzheimer ou apparentées), suivies en consultation mémoire et vivant à domicile.

Permettre à l'aidant de prendre du répit : « souffler », garder des activités de loisirs ou associatives, de préserver sa santé psychologique et physique, d'accomplir des démarches administratives ou toutes activités compromises par la relation d'aide.

Les aidants pourront bénéficier d'une prise en charge psychologique soit individuelle, soit collective notamment en groupe de parole.

La halte répit n'a pas pour vocation de se substituer à l'accueil de jour, ni de « soigner », mais bien de soulager ponctuellement l'aidant.

La halte répit peut être un moyen d'inciter l'entourage à faire appel ultérieurement au service thérapeutique d'un centre d'Accueil de jour professionnel.

LA GYMNASTIQUE COGNITIVE

1^{er} et 3^{eme} jeudi de 14H30 A 15H30

**Des exercices ciblés de stimulation de la mémoire
alliés à de la gymnastique douce**