

LES BIENFAITS

La Résidence l'Asterina organise différentes animations et ateliers préventifs ouverts à tous.

Ces activités ont pour but de partager des moments conviviaux, de s'amuser, de prévenir des maladies chroniques, de soulager certaines douleurs ou encore de faire de belles rencontres.



Les 52 résidents de l'Asterina seront ravis de faire votre connaissance et l'ensemble du personnel se tiendra à votre disposition.

INSCRIPTIONS GRATUITES

Inscrivez-vous à l'accueil, par mail ou par téléphone aux animations auxquelles vous souhaitez participer.

RESIDENCE L'ASTERINA

20 Chemin du Patrouillet

27160 BEMECOURT

contact@asterina.com

02.32.29.37.00



Vous vivez dans l'EURE ? Vous avez plus de 60 ans ?
Bénéficiez d'une navette gratuite pour vous conduire aux activités de votre choix en vous inscrivant 7 jours à l'avance à l'ASTERINA par mail ou par téléphone.

PLAN D'ACCES

La Résidence l'Asterina est située à Bémécourt, à coté de Breteuil, dans un environnement paisible.



La Résidence l'Asterina à l'architecture moderne, est implantée de plein pied pour faciliter l'accès aux personnes à mobilité réduite.

L'Asterina

MAISON DE RETRAITE

PROGR'ANIMATIONS

Janvier - Février - Mars
2020

#Activités

#Prévention

#Solidarité

#Intergénération

#Santé

DÉPARTEMENT DE

L'EURE

en Normandie

Gratuit pour Tous



Janvier 2020

Date	Activités
Mardi 07/01	Sophrologie
Vendredi 10/01	Médiation animale
Lundi 13/01	Loto amical
Jeu 16/01	Atelier mémoire
Mardi 21/01	Atelier tricot
Mercredi 22/01	Atelier cuisine
Jeu 23/01	Activité art floral
Mardi 28/01	Gym douce, équilibre
Jeu 30/01	Spéctacle de musique



Février 2020

Date	Activités
Mardi 04/02	Sophrologie
Mercredi 05/02	Réalité virtuelle
Mardi 11/02	Gym douce, équilibre
Mercredi 12/02	Médiation animale
Mardi 18/02	Atelier tricot
Jeu 20/02	Activité art floral
Lundi 24/02	Loto amical
Mercredi 26/02	Atelier cuisine
Jeu 27/02	Atelier mémoire

ATELIER MEMOIRE

L'atelier mémoire est un atelier préventif aux troubles cognitifs réalisé par la psychologue de l'établissement en petits groupes. Le but est de donner aux participants des conseils afin d'entretenir et d'améliorer sa mémoire.

Cet atelier associe des exercices à la fois pédagogiques et ludiques qui sollicitent le cerveau à travers ses fonctions, telles que l'attention, la perception et l'imagination.

HORAIRES

Toutes les activités proposées ont lieu de 14h30 à 15h30.

A la fin des animations, les participants ont la possibilité de partager un goûter avec les résidents

Mars 2020

Date	Activités
Mardi 03/03	Sophrologie
Mardi 04/03	Réalité virtuelle
Mardi 10/03	Gym douce, équilibre
Jeu 12/03	Atelier mémoire
Mardi 17/03	Atelier tricot
Vendredi 20/03	Médiation animale
Lundi 23/03	Loto amicale
Mercredi 25/03	Atelier cuisine
Jeu 26/03	Spéctacle de musique

