

Activités Physiques Adaptées



Porteur de l'action
Ehpad Saint Martin

Description de l'action

Gym autour de la table.

Stimulation physique exploitant au maximum les capacités physiques et mentales du participant.

Objectifs

- Maintien des Capacités motrices, amélioration du sommeil.
- Réduction de l'agitation, stimulation de la mémoire procédurale.
- Meilleur bien être psychologique.

Calendrier / Modalités des actions

Les Lundi après-midi de 14h/15h30 site de la Canourgue et 16h/17h site du Massegros.

Lieu(x)

Ehpad Saint Martin 48500 La Canourgue

Ehpad Saint Martin 48500 Le Massegros Causses Gorges

Renseignements et inscriptions

MENRAS Gérald

☎ 04 66 32 82 27

✉ maisonderetraite@stmartin48.fr

**Ateliers proposés gratuitement
aux plus de 60 ans et leurs proches aidants**

