

Janvier 2026

06/01 Relaxation de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)

06/01 Tricot de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

06/01 Méditation de 14h45 à 15h45 à l'**EHPAD** (aidant)

08/01 Groupe de parole France Alzheimer de 14h30 à 16h30 à l'**EHPAD** (aidant)

08/01 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

12/01 Balnéothérapie de 10h30 à 11h30 à l'**EHPAD** (aidant)



13/01 Musicothérapie de 14h30 à 16h au **CCAS** (aidant/aidé)

13/01 Sophrologie de 14h45 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)

14/01 Jeux divers de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)



20/01 Art-thérapie de 14h30 à 16h au **CCAS** (aidant/aidé)

20/01 Réflexologie de 15h à 17h à l'**EHPAD** (aidant)

22/01 Café partage de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)



22/01 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

26/01 Quiz de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

27/01 Gym douce de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)

27/01 Médiation animale de 15h à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

Février 2026

02/02 Cuisine de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)



03/02 Loto de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

10/02 Gym douce de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)

10/02 Art-thérapie de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

10/02 Réflexologie de 15h à 17h à l'**EHPAD** (aidant)

12/02 Groupe de parole France Alzheimer de 14h30 à 16h30 à l'**EHPAD** (aidant)

12/02 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

16/02 Balnéothérapie de 10h30 à 11h30 à l'**EHPAD** (aidant)



17/02 Relaxation de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)

17/02 Médiation animale de 15h à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

17/02 Tricot de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)



18/02 Jeux de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

23/02 Quiz de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

24/02 Musicothérapie de 14h30 à 16h au **CCAS** (aidant/aidé)

24/02 Sophrologie de 14h45 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)

26/02 Café partage de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)

26/02 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

Mars 2026

02/03 Balnéothérapie de 10h30 à 11h30 à l'**EHPAD** (aidant)



03/03 Gym douce de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)

04/03 Jeux de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

10/03 Art-thérapie de 14h30 à 16h au **CCAS** (aidant/aidé)

10/03 Réflexologie de 15h à 17h à l'**EHPAD** (aidant)

12/03 Groupe de parole France Alzheimer de 14h30 à 16h30 à l'**EHPAD** (aidant)

12/03 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

17/03 Relaxation de 10h à 11h30 à l'**EHPAD** (aidé)



17/03 Musicothérapie de 14h30 à 16h au **CCAS** (aidant/aidé)

17/03 Sophrologie de 14h45 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)

23/03 Quiz de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

24/03 Tricot de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant/aidé)

24/03 Médiation animale de 15h à 16h à l'**EHPAD** (aidé)

24/03 Méditation de 14h45 à 15h45 à l'**EHPAD** (aidant)

26/03 Café partage de 14h30 à 16h à l'**EHPAD** (aidant)

26/03 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidé)**

Avril 2026

01/04 Jeux de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidant/aidé)**

07/04 Gym douce de 10h à 11h30 à l'**EHPAD (aidé)**

07/04 Tricot de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidant/aidé)**

07/04 Médiation animale de 15h à 16h à l'**EHPAD (aidé)**

07/04 Méditation de 14h45 à 15h45 à l'**EHPAD (aidant)**

09/04 Groupe de parole France Alzheimer de 14h30 à 16h30 à l'**EHPAD (aidant)**

09/04 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidé)**

13/04 Balnéothérapie de 10h30 à 11h30 à l'**EHPAD (aidant)**

14/04 Relaxation de 10h à 11h30 à l'**EHPAD (aidé)**

14/04 Loto de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidant/aidé)**

20/04 Quiz de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidé)**

21/04 Art-thérapie de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidant/aidé)**

21/04 Réflexologie de 15h à 17h à l'**EHPAD (aidant)**

23/04 Café partage de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidant)**

23/04 Atelier détente de 14h30 à 16h à l'**EHPAD (aidé)**

28/04 Musicothérapie de 14h30 à 16h au CCAS **(aidant/aidé)**

28/04 Sophrologie de 14h45 à 16h à l'**EHPAD (aidant)**



EHPAD J.AURIOL



**Planning des activités et animations,
pour les aidés et les aidants**

de Janvier à Avril 2026

Modalités d'inscription

Pour vous inscrire merci de contacter
la coordinatrice du CRT
Mme CZAJKOWSKI Christine ou l'équipe du CRT:

Tel : 06.79.89.96.84

crt.ehpad@stseurinsurlisle.com

