

# MOTRICITÉ ET ÉQUILIBRE

*Ateliers destinés aux aidants qui souhaitent mobiliser  
leurs compétences motrices et cognitives  
(animation par une ergothérapeute)*

## LES OBJECTIFS

- Prendre du temps pour soi et pour son bien-être.
- Stimuler les fonctions cognitives, physiques et d'équilibration, se mettre en mouvement.
- Interagir autour des questions de la perte d'autonomie et de l'aménagement du logement.

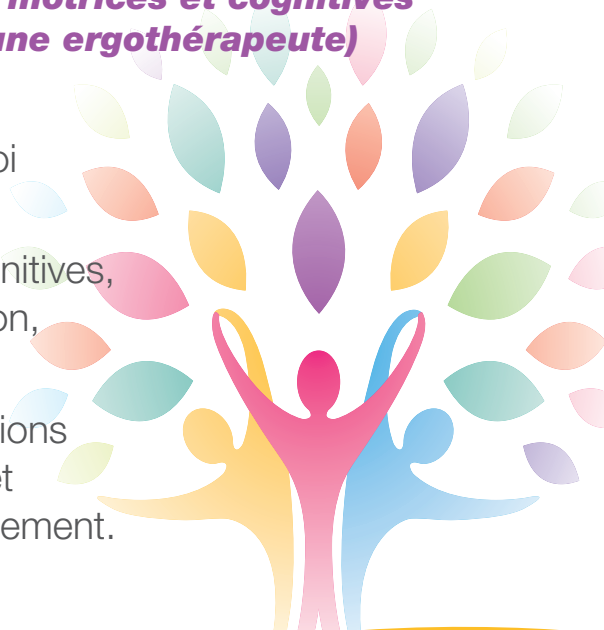
## DÉROULÉ

- Un atelier d'1h30 par semaine
- 9 séances de formation

**LES MODALITÉS :**  
GRATUIT - sur inscription

Merci de contacter Mélanie ARNAULT  
au **05 46 42 48 09**

**LIEU :** Salle Hermione  
21 avenue des Cordeliers - 17000 La Rochelle  
[nathalie.blin@escale-larochelle.com](mailto:nathalie.blin@escale-larochelle.com)



## Dates & Formations

3 octobre 2022

10 octobre 2022

17 octobre 2022

24 octobre 2022

31 octobre 2022

7 novembre 2022

14 novembre 2022

23 novembre 2022

28 novembre 2022



**Groupe 1 :**  
**de 14h à 15h30**

**Groupe 2 :**  
**de 15h30 à 17h**

## INTERVENANTS :

- **PERDRIX Sarah**  
*Ergothérapeute*



### Association L'ESCALE

23 rue Pascal - BP 80069 - 17444 AYTRÉ Cedex

Tél : 05 17 83 46 57

escale@escale-larochelle.com

www.association-escale.fr

 Association l'Escale

