

# ACTIVITÉS SOCIO-THÉRAPEUTIQUES

AMÉLIORER VOTRE BIEN-ÊTRE ET VOTRE QUALITÉ DE VIE

## Musicothérapie



- Apaiser
- Eveil des sens



## Atelier cuisine

- Réminiscence
- Travail motricité

## Naturopathie



- Relaxation
- Soins par le toucher



## Atelier équilibre

- Maintien mobilité
- Prévention déséquilibre

## Biosport



- Maintien forme, tonus



## Atelier mémoire

- Stimulation des fonctions cognitives

## Réflexologie



- Soins du toucher
- Stimulation par massage



## Sophrologie

- Respiration
- Détente

## Gymnastique douce



- Motricité
- Forme



## Biographe

- Histoire de vie
- Livre relié et offert