



Le tiers-lieu est un espace collaboratif entre le quartier dans lequel il est implanté, la structure porteuse (ici l'EHPAD du Centre Hospitalier de Périgueux) et les habitants de ce tout. L'animation de ce lieu est faite en concertation avec les résidents, les familles et les habitants du quartier.

Les activités proposées sont gratuites - La réservation est obligatoire et dans la limite des places disponibles par mail à :

tierslieu.ehpad@ch-perigueux.fr
ou par téléphone au 05.53.45.27.88.

TOUS ÂGES, TOUS PUBLICS, TOUTES SITUATIONS



Tiers-lieu EHPAD, la vie autrement



LES ATELIERS DU TIERS-LIEU

TOUS ÂGES, TOUS PUBLICS, TOUTES SITUATIONS

83 Avenue Georges Pompidou
24 000 PERIGUEUX
05 53 45 27 88
tierslieu.ehpad@ch-perigueux.fr



Olfactothérapie : création d'un stick à travers une stimulation olfactive et une découverte d'huiles essentielles autour du thème de la détente et de l'endormissement.

Atelier multimédia : Présence d'un conseiller numérique pour une initiation et ou une aide spécifique à l'utilisation multimedia.



Socio-esthéticienne : relaxation, confection de galets de massage et auto-massage pour un moment de bien-être.



Atelier lisières

Créer, tisser sa lisière avec des rameaux d'arbustes d'essences différentes sur un paysage blanc de soie froissée.



Octobre 2023

ARTISTIQUE

- **Atelier d'art créatif** :
par Marie-Pierre Borde
Jeudi 05/10 & 26/10 à 10h
- **Atelier Musical** :
par Lucile Chaminade
Vendredi 06/10 & 20/10 à 10h
- **Atelier de Théâtre**
par la compagnie n'a qu'un œil
Mardi 10/10 & 24/10 à 14h30
- **Atelier culinaire et artistique** :
par Lydie Clergerie
Mercredi 04/10 à 14h30
- **Atelier lisière** :
par Lydie Clergerie
Mercredi 25/10 à 14h30

LECTURE

- **Atelier de lecture de poèmes**
par Hélène Gautier
Mardi 03/10 à 14h30

ESTHÉTIQUE

- **Socio-esthétique, les bienfaits de la relaxation**
par Nathalie Aublanc
Lundi 02/10 à 14h30
- **Socio-esthétique, création de galets de massage et auto-massage**
par Nathalie Aublanc
Lundi 16/10 à 14h30
- **Conseillère en image et cours de maquillage**
par VersionLili
Jeudi 26/10 à 14h30

ACTIVITE PHYSIQUE

- **Atelier d'activité physique adapté et nutrition** :
par Mathilde Meekel
Mardi 10/10, 17/10, 24/10 & 31/10 à 10h
- **Activité physique au quotidien** :
par Mathilde Meekel
Mercredi 04/10, 11/10 & 18/10 à 10h

OLFACTOTHERAPIE

- **création d'un stick odorant à base d'huiles essentielles en lien avec le sommeil et le lacher prise** :
par Patty Canac
Vendredi 13/10, 27/10 & 10/11 à 14h
(même groupe pour les 3 séances)

VESTIAIRE

- **Café-boutique solidaire**
par Association PHOENIX
Mercredi 18/10 de 14h à 16h30
- **Conseillère en image et colorimétrie**
par VersionLili
Mercredi 18/10 à 14h30

MULTIMEDIA

- **Initiation au numérique**
par La ligue de l'enseignement
Vendredi 13/10 & 27/10 à 10h

ACTIVITES SUR INSCRIPTION AU 05.53.45.27.88

Gratuit sur inscription (places limitées)

tel : 05 53 45 27 88

Contact - coordinatrice Auréa Peytoureau