

Journée Bien-Etre



Date : 27 mai 2015

Lieu : Le Breuil

Résidents : Sylvaine LEGROS, Martine SIMON, Patrick MIGUET, Thierry MONNOT, Odile CALMEL, Christine SAVY

Educateurs : Sophie MARTIN, Ingrid BALOUZET, Laura REBHI

Le mercredi matin, nous nous sommes rendus au Château du Breuil où nous avons reçu notre programme pour la journée :

Surprise de Nicole !

Yoga du rire

REPAS

Coiffeur

Osez la voix

Yoga du rire géant

Les résidents ont beaucoup apprécié la surprise de Nicole à la fin de la séance! Un bon moment pour se lâcher avec les flutes et faire un maximum de bruit.



Le yoga du rire a permis aux résidents de se laisser aller, de rire, de s'exprimer et surtout de se sentir à l'aise avec Anne (professionnel du yoga du rire).



Nous avons ensuite mangé dans le parc du château, où nous avons pu nous reposer avant d'aller se faire coiffer.



Sylvaine et Martine ont souhaité des couettes. Christine, Odile, Patrick et Thierry ont voulu un massage du cuir chevelu.



Après avoir chauffé notre voix à l'atelier « osez la voix », nous avons pu apprendre une chanson et écouter Sylvaine chanter « Petit Papa Noël ».

Le yoga du rire Géant a été apprécié par tous. Cette journée s'est terminée par une danse et une collation.



Les résidents ont beaucoup apprécié cette journée Bien-être.