

ISABELLE, CONCEPTRICE / ANIMATRICE D'ACTIVITÉS ORIGINALES



ATELIERS POUR SENIORS

**Pour jouer, créer, imaginer, bouger en douceur,
exercer sa mémoire, apprendre, sourire...**

**Ecriture
de chanson /
poème**

Sport cérébral

Travail du rythme

Lecture

**Initiations
& apprentissages**

Jeux de société

Loisirs créatifs

**Coloriages
& mandalas**



Quelques exemples d'ateliers originaux que je peux créer et animer pour vous :

Initiations & apprentissages

INTERNET : mails, visiter des monuments ou assister à des conférences sur le net, YouTube (vidéos)...

SMARTPHONE (messages WhatsApp, visio, mails...).

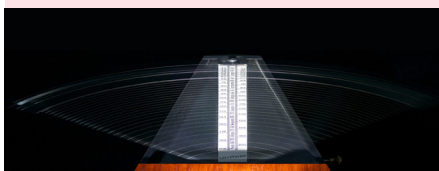
ORDINATEUR, ANGLAIS, PHOTOGRAPHIE...

OBJECTIF : apprendre de nouvelles choses utiles et augmenter l'estime de soi.

Travail du rythme

Apprentissage basique du rythme et mise-en-pratique lors de courts extraits (sans instrument : nous pratiquons avec les mains ou un objet doux), tradéridéra («savez-vous passer le tradéridéra»...), etc.

OBJECTIF : travailler la coordination en douceur et... rire (garanti !).



Écriture de chansons ou poèmes

Nous écrivons le texte tous ensemble. Je le mets ensuite en page et je l'imprime pour que chaque participant garde un souvenir.

OBJECTIF : travailler l'imagination et favoriser l'esprit de groupe.

Lecture

Je lis à voix haute, avec le ton, des livres ou des poèmes.

Sélection de l'œuvre ou des œuvres avant la séance.

OBJECTIF : permettre aux personnes non-voyantes ou malvoyantes d'avoir accès à des œuvres malgré tout.

Jeux de société

Loto, Scrabble, Dames, Le Mot le Plus Long, Cartes, Trivial Pursuit, Le Petit Bac, Puzzles, Jeux modernes...

OBJECTIF : divertir et créer des liens.



Sport cérébral

Jeux divers (réflexion, etc.) et entraînement ludique de la mémoire (avec des jeux comme le Memory, etc.).

OBJECTIF : travailler la mémoire en s'amusant !



Sur-mesure

Vous souhaitez organiser des ateliers, mais vous ne trouvez pas votre bonheur parmi ces propositions ?

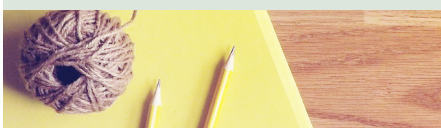
Contactez-moi pour en discuter !



Loisirs créatifs

Création d'objets simples : cartes de vœux, moulins à vent, etc. (matériel fourni).

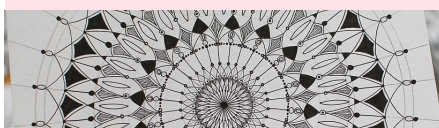
OBJECTIF : favoriser la créativité et la mobilité des mains.



Coloriages et mandalas

Avec crayons de couleurs et feutres (matériel fourni).

OBJECTIF : favoriser la créativité et la mobilité des mains.



Contactez-moi (voir au dos) :
nous discutons des ateliers qu'il est possible de mettre en place
pour votre public.

Je vous fais une proposition concrète, détaillée et chiffrée
dans les jours qui suivent.

Nous discutons des derniers détails à mettre en place
pour l'atelier / les ateliers.

Le Jour J, j'arrive avec le matériel nécessaire pour assurer l'atelier...
et ma joie de vivre à partager !

Qui suis-je ?



Je m'appelle Isabelle, j'ai 52 ans et j'habite Sartilly-Baie-Bocage.

En 2022, j'ai décidé d'acheter une maison avec ma Maman pour passer du temps avec elle, que nous puissions profiter l'une de l'autre au quotidien, et le cas échéant, m'occuper d'elle en cas de perte d'autonomie.

Sous son aile, j'ai participé à l'organisation de nombreuses activités pour les résidents d'un foyer-logement lorsque j'étais adolescente et jeune adulte.

Mes atouts pour concevoir & animer des ateliers pour les seniors

Formatrice tout au long de ma carrière professionnelle, j'aime transmettre, partager, motiver, avec pédagogie, patience et bienveillance. J'ai notamment organisé et animé des ateliers informatiques (les bases de l'ordinateur...) et numériques (internet, mails...) à destination de seniors lorsque j'étais responsable d'un Espace Public Numérique.

De nature polyvalente, je maîtrise beaucoup de domaines en lien avec les activités que je propose, je suis donc «comme un poisson dans l'eau» pour créer et animer des ateliers de différentes natures pour le bien-être de tous.

*" Je pense que le bonheur
n'est pas un but à atteindre,
mais une succession de moments
qui nous procurent de la joie. "*

Isabelle



CONTACTER ISABELLE



Téléphone : 07 87 33 35 02



Mail : isa@damecompagnie.com



Site web : damecompagnie.com



Facebook : <https://www.facebook.com/isabelledamecompagnie>



Auto-entreprise : Isabelle MOY
SIRET 50282405500045 - TVA non applicable, article 293B du code général des impôts