Les Instants Reliés

Stimuler la mémoire, créer du lien, partager des instants précieux.

NOTRE MISSION

Proposer des ateliers accessibles et non médicalisés favorisant le bien-être, la prévention cognitive et le lien social des seniors.

- Prévenir le déclin cognitif par la stimulation régulière
- Favoriser le lien social et la dynamique du groupe
- Lutter contre l'isolement et maintenir l'estime de soi
- Valoriser les capacités et la participation active

MODALITÉS D'INTERVENTION

Interventions sur site – ateliers ponctuels ou cycles réguliers – durée et fréquence ajustables – tarification abordable et adaptée aux résidences seniors, structures publiques et associatives.

ZONE D'INTERVENTION

Aulnay-sous-Bois, Dugny, Le Bourget, Drancy, Le Blanc-Mesnil, Sevran, Villepinte, Bondy, Bobigny, Pantin, Les Lilas, Montreuil, Le Pré-Saint-Gervais, Paris et 92, 94.

DES ATELIERS CONVIVIAUX ET STIMULANTS

POUR LES SENIORS

Stimuler la mémoire, créer du lien, partager des instants précieux.

PRÉSENTATION DU PROJET

Les ateliers que je propose s'inscrivent dans une démarche de prévention cognitive, de maintien du lien social et de promotion du bien vieillir.

Il s'agit d'ateliers destinés à accompagner les seniors dans le maintien de leurs capacités cognitives, tout en favorisant la participation collective et la convivialité.

MÉTHODOLOGIE

Animation sous forme de jeux adaptée aux seniors, groupes de taille humaine, contenus modulables selon la structure.

Chaque intervention est construite en concertation avec la structure accueillante.

NOS ATELIERS

STIMULATION COGNITIVE

Exercices ludiques pour entretenir la mémoire.

JEUX LUDIQUES ET MÉMOIRE

Activités variées et adaptées aux goûts de chacun.

ÉCHANGES ET PARTAGE

Des moments de convivialité qui créent du lien.

BIEN-ÊTRE ET PLAISIR

Valoriser les réussites et prendre plaisir ensemble.

ADAPTÉ À TOUS

Activités souples, accessibles, sans jugement.

Chaque instant compte, chaque souvenir a de la valeur.

Continuons à créer du lien, à tout âge.

LANCEMENT EN NOVEMBRE 2026







POUR QUI ?

Résidences seniors, EHPAD, CCAS, collectivités, associations, structures publiques et privées.

Interventions sur site – Ateliers ponctuels ou cycles réguliers.

CONTACTEZ-MOI

contact@lesinstantsrelies.com

06 22 74 76 13

Ensemble, faisons de la mémoire un lien vivant.

APPROCHE HUMAINE ET BIENVEILLANTE • GROUPES À TAILLE HUMAINE • ADAPTATION ET FLEXIBILITÉ • ENGAGEMENT ET QUALITÉ