

## Des ateliers pour l'accompagnement au bien-être des aidants



Le CLIC Vivre son Âge propose un programme d'ateliers pour soutenir les aidants dans leur quotidien. Grand Lieu Communauté s'associe à cette initiative pour les informer sur les aides au répit existantes et leur permettre de prendre du temps pour eux notamment pour pouvoir accompagner leurs proches avec plus de sérénité.

## REPRÉSENTATION THÉÂTRÂLE

Le CLIC Vivre son Âge et ses partenaires vous convient à une représentation théâtrale avec la troupe Les Expresso.

**Le vendredi 12 mai à 15h à la Salle des Mauves de Saint-Colomban**

- A l'issue de la pièce, échanges avec le public animés par M. Yves CLERCQ, psychologue
- Suivi d'un temps convivial avec possibilité de s'inscrire à des ateliers
- Ouvert à tous - entrée gratuite

Renseignements auprès du CLIC Vivre son Âge 02 40 36 06 42 clic-  
vivresonage@orange.fr

## **LE PROGRAMME DES ATELIERS**

**du 22 mai au 4 juillet 2023**

### **Comment gérer l'annonce du diagnostic et ses émotions face à la maladie ?**

Intervention du Dr Morin de l'Hôpital de Corcoué sur Logne

- **Lundi 22 mai de 14h30 à 16h30,**
- **Salle des Fêtes, Place de la Mairie à Montbert - Entrée libre.**

### **La place de l'aidant et la notion de culpabilité, échanges autour de l'importance de prendre soin de soi.**

Intervention de Céline Gillet, psychologue clinicienne et d'une professionnelle du CLIC Vivre Son Âge

- **Jeudi 1er juin de 14h30 à 16h30,**
- **Salle de l'Origami, Rue de la Mone à Pont Saint Martin - Sur inscription.**

### **Le parcours des aidants : Quel soutien possible et quels dispositifs existants ?**

Intervention d'un professionnel de l'EHPAD de Kermaria, du CLIC Vivre Son Âge et du Conseil Départemental

- **Vendredi 9 juin de 14h30 à 16h30,**

- **EHPAD Ker Maria, 55 Rue Charles de Gaulle à La Limouzinière - Entrée libre.**

## **Le bien-être des aidants.**

Découvertes de plusieurs pratiques sous forme de stands, en présence de :  
Servane Pouvreau, sophrologue,  
Delphine Croisé, kinésiologue,  
Valérie Mercier, réflexologue,  
Laëtitia Mahé, animatrice du yoga du rire,  
Association de Qi Gong Le Dragon Bleu.

- **Lundi 12 juin de 14h à 17h,**
- **Salle de la Charmille, 3 Allée de la Charmille à Geneston - Sur inscription.**

## **Atelier découverte autour de jeux ludiques.**

À destination des aidants et de leurs proches aidés, avec la participation de :  
Cyndie Macé, ergothérapeute à l'équipe spécialisée Alzheimer (ESA),  
Professionnels du secteur  
Association Autiz'Onions qui présentera le BaoPao, instrument de musique favorisant l'expression

- **Lundi 19 juin de 14h à 17h,**
- **Salle Le Grand Lieu, Place Saint-Martin à La Chevrolière - Entrée libre.**

## **Atelier découverte autour de la pratique du sport adapté et en particulier du vélo.**

À destination des aidants et des aidés, en présence de Franck Bonnamy, animateur sportif,  
Marie Lefebvre, ergothérapeute à l'Hôpital de Corcoué sur Logne  
Cyndie Macé, ergothérapeute à l'ESA

- **Mardi 27 juin de 14h à 16h30,**
- **Lieu dit La Gare, Rue de la Poste à Corcoué sur Logne - Entrée libre.**

## **Atelier aidant / aidé autour de l'image et de la confiance en soi.**

Intervention de Nathalie Serré, socio-esthéticienne

- **Mardi 4 juillet de 14h30 à 16h30,**
- **Salle d'Activités, Rue du Stade au Bignon - Sur inscription.**

*Action soutenue par la Conférence des financeurs dans le cadre de la Conférence de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de Loire-Atlantique ([agirseniors.loire-atlantique.fr](http://agirseniors.loire-atlantique.fr)).*

### **Pour information**

Les inscriptions aux ateliers 2-4-7 se feront sur place le 12 mai ou par téléphone auprès du CLIC Vivre son Âge au 02 40 36 06 42.

### **Liens utiles**

- [Programme sensibilisation et bien-être des aidants](#)

[Retour aux actualités](#)