



« Seul on peut s'épuiser,
ensemble on se soutient »

Pour les aidants de personnes
malades ou en perte d'autonomie

Contact : 02 31 51 10 72

RENCONTRES ENTRE AIDANTS

Bessin/PréBocage

Programme 2019

6 février

Bien dans son corps, c'est aussi prévenir le mal de dos

Pédagogie et exercices pratiques encadrés par un animateur sportif

De 13h45 à 15h45

A l'EHPAD La Charité
Salle d'activités

Rue de l'église à ST VIGOR LE GRAND

4 avril

Des aides techniques pourquoi faire ?

Rencontre animée par un ergothérapeute

De 13h45 à 15h45

Au CLIC du Bessin

3 rue François-Coulet à BAYEUX

11 juin

La santé des aidants, parlons-en !

Présentation du parcours santé des aidants : consultations, bilans personnalisés, informations collectives...

De 13h45 à 15h45

Au CLIC du Bessin

3 rue François-Coulet à BAYEUX

19 septembre

Cuisine et partage

Atelier cuisine et technique culinaire adaptées aux transformations de textures animé par des diététiciennes

De 10h30 à 14h30

Au centre social - Espace Argouges
48 bis rue de Beauvais à BAYEUX

2 octobre

Point(s) d'appui

Débat théâtral sur l'aide aux aidants animé par la Compagnie Entrées de Jeu

De 14h à 17h

Lieu à définir

4 novembre

Séance initiatique de sophrologie

Possibilité d'inscription à un cycle de 9 séances à l'issue de la présentation
15 € le cycle/personne animée par une sophrologue

De 10h45 à 12h

A la Résidence Les Falaises Blanches
4 chemin St Julien à BAYEUX

21 novembre

Café des aidants

Espace d'écoute, d'information et de partage d'expériences animé par des psychologues

De 15h à 17h

Au restaurant l'Accueil
ZAC Bellefontaine à BAYEUX