



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

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

 02 31 51 10 72

RENCONTRES ENTRE AIDANTS

Bessin/PréBocage

Programme du 1^{er} semestre 2020

6 février

Visite du Facil'appart

Appartement témoin équipé d'aides techniques pour soutenir les aidants, animée par Elodie CORBIN, Ergothérapeute

De 13h45 à 15h45

A la résidence Autonomie St Floxel
Avenue Clemenceau à BAYEUX

19 mars

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

2 avril

L'exercice physique pour mieux gérer son stress

Pédagogie et exercices physiques encadrés par Anthony VINCENT, Enseignant en Activité Physique Adaptée

De 13h45 à 15h45

A l'EHPAD La Charité - Salle d'activité
Rue de l'église à ST VIGOR LE GRAND

11 juin

Accompagnement d'un proche malade et/ou dépendant et ses retentissements sur les relations familiales : entre entre-aide et difficultés animé par Bedra ZABALIA, Psychologue clinicienne

De 13h45 à 15h45

Au CLIC du Bessin
3 rue François-Coulet à BAYEUX



Création d'une Bande-Dessinée (BD) avec vous, aidant, pour parler de vous dans votre rôle et votre parcours

14 janvier

Cycle d'ateliers créatifs initiés en décembre et animés par Jérôme EHO, dessinateur-scénariste.

De 14h à 17h

28 janvier

Au CLIC du Bessin
3 rue François-Coulet à BAYEUX

13 février

Avril (date à déterminer)

Objectif : publication d'un ouvrage et vernissage.