

A VOS AGENDAS !

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS AU 06 40 82 27 86



LES CAFES DES AIDANTS A SO'FRIANDISES

A destination de tous les aidants indépendamment de l'âge, du contexte, de la pathologie

Animés par Amandine Cabaret et Christelle Langlet

Les vendredis de 14h à 16h à So' Friandise, salon de thé, 14310 Villers-Bocage

Le 14 janvier
Le 11 février
Le 11 mars
Le 8 avril
Le 13 mai
Le 10 juin
Le 1 juillet

Passer le relais : quand ? Comment ?
Comment faire face à l'évolution de la maladie ?
Et ma propre santé dans tout ça ?
Quels sont nos besoins et nos droits en tant qu'aidants ?
Et si je partais en vacances ?
Comment gérer le regard des autres ?
La culpabilité dans tout ça ?



LES CAFES CA DEMENINGE

A destination des Séniors sans trouble mnésique

Animés par Amandine Cabaret

Les jeudis de 14h à 16h au Café du DOC face à la mairie, 14240 Aurseulles

Le 27 janvier
Le 17 février
Le 31 mars
Le 28 avril
Le 19 mai
Le 30 juin
Le 28 juillet

« Mémoires d'éléphants », travail et informations autours des différentes mémoires
« Révélez vos capacités »
« Les Présidentielles » échanges sur les différents présidents de la République
« Ça déménage ! Mais on range où ? » organisation et raisonnement
« Jeux de mots, jeux de stylo »
« C'est les vacances ! » école, souvenirs, projets ...
« Voyage, voyage » parlons géographie



« LE BOL D'AIR »

A destination des Séniors

Marche adaptée accompagnée des conseils de Natalia Leclerc, ergothérapeute

Les vendredis de 14h à 15h30 lieux définis selon les envies !

Le 21 janvier
Le 25 février
Le 25 mars
Le 29 avril
Le 20 mai
Le 24 juin

La Halte des randonneurs à Parfouru sur Odon

*Lieux fixés selon les envies des participants
à la fin de chaque séance*



L'instant répit
Et vous, de quoi avez vous besoin ?



Pour bien vieillir
dans le Calvados
CONFÉRENCE DES FINANCIERS



**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants®

Villers-Bocage

Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.

Organisé par :



Avec le soutien



**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants®

Villers-Bocage

Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.

Organisé par :



Avec le soutien



**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants®

Villers-Bocage

Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.

Organisé par :



Avec le soutien



**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants®

Villers-Bocage

Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.

Organisé par :



Avec le soutien





PROGRAMME 2022

LES VENDREDIS

De 14 h à 16 h à So' Friandise

- **14 janvier** : « Passer le relai : Quand ? Comment ? »
- **11 février** : « Comment faire face à l'évolution de la maladie ? »
- **11 mars** : « Et ma propre santé dans tout ça ? »
- **8 avril** : « Quels sont nos besoins et droits en tant qu'aidants ? »
- **13 mai** : « Et si je partais en vacances ? »
- **10 juin** : « Comment gérer le regard des autres ? »
- **1 juillet** : « La culpabilité dans tout ça ? »



À cette adresse :
So Friandises, Salon de thé – 3 rue Pasteur
14310 Villers Bocage

Contact :
06 40 82 27 86
instantrepit@gmail.com

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



PROGRAMME 2022

LES VENDREDIS

De 14 h à 16 h à So' Friandise

- **14 janvier** : « Passer le relai : Quand ? Comment ? »
- **11 février** : « Comment faire face à l'évolution de la maladie ? »
- **11 mars** : « Et ma propre santé dans tout ça ? »
- **8 avril** : « Quels sont nos besoins et droits en tant qu'aidants ? »
- **13 mai** : « Et si je partais en vacances ? »
- **10 juin** : « Comment gérer le regard des autres ? »
- **1 juillet** : « La culpabilité dans tout ça ? »



À cette adresse :
So Friandises, Salon de thé – 3 rue Pasteur
14310 Villers Bocage

Contact :
06 40 82 27 86
instantrepit@gmail.com

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



PROGRAMME 2022

LES VENDREDIS

De 14 h à 16 h à So' Friandise

- **14 janvier** : « Passer le relai : Quand ? Comment ? »
- **11 février** : « Comment faire face à l'évolution de la maladie ? »
- **11 mars** : « Et ma propre santé dans tout ça ? »
- **8 avril** : « Quels sont nos besoins et droits en tant qu'aidants ? »
- **13 mai** : « Et si je partais en vacances ? »
- **10 juin** : « Comment gérer le regard des autres ? »
- **1 juillet** : « La culpabilité dans tout ça ? »



À cette adresse :
So Friandises, Salon de thé – 3 rue Pasteur
14310 Villers Bocage

Contact :
06 40 82 27 86
instantrepit@gmail.com

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



PROGRAMME 2022

LES VENDREDIS

De 14 h à 16 h à So' Friandise

- **14 janvier** : « Passer le relai : Quand ? Comment ? »
- **11 février** : « Comment faire face à l'évolution de la maladie ? »
- **11 mars** : « Et ma propre santé dans tout ça ? »
- **8 avril** : « Quels sont nos besoins et droits en tant qu'aidants ? »
- **13 mai** : « Et si je partais en vacances ? »
- **10 juin** : « Comment gérer le regard des autres ? »
- **1 juillet** : « La culpabilité dans tout ça ? »



À cette adresse :
So Friandises, Salon de thé – 3 rue Pasteur
14310 Villers Bocage

Contact :
06 40 82 27 86
instantrepit@gmail.com

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



CAFÉ ÇA DÉMÉNINCE !

PRÉVENTION À DESTINATION DES SÉNIORS
Animé par Amandine Cabaret, psychologue

**"MUSCLEZ" VOTRE CERVEAU,
TRAVAILLEZ LA MÉMOIRE,
LA CONCENTRATION ET LE
RAISONNEMENT,
C'EST POSSIBLE !**



ACTIVITÉ LUDIQUE GRATUITE,
BOISSON À 1€
SUR INSCRIPTION AUPRÈS
DE LA COORDINATRICE

**14 H - 16 H AU CAFÉ
SHADOC,
LE BOURG EN FACE DE LA
MAIRIE,
14 240 AURSEULLES**

Plus de détails et inscription au:
06 40 82 27 86



CAFÉ ÇA DÉMÉNINCE !

PRÉVENTION À DESTINATION DES SÉNIORS
Animé par Amandine Cabaret, psychologue

**"MUSCLEZ" VOTRE CERVEAU,
TRAVAILLEZ LA MÉMOIRE,
LA CONCENTRATION ET LE
RAISONNEMENT,
C'EST POSSIBLE !**



ACTIVITÉ LUDIQUE GRATUITE,
BOISSON À 1€
SUR INSCRIPTION AUPRÈS
DE LA COORDINATRICE

**14 H - 16 H AU CAFÉ
SHADOC,
LE BOURG EN FACE DE LA
MAIRIE,
14 240 AURSEULLES**

Plus de détails et inscription au:
06 40 82 27 86



A VOTRE AGENDA

les jeudis de 14h à 16h

- **Le 27 janvier: "Mémoires d'éléphants"** *travail et informations autours des différentes mémoires*
- **Le 17 février: " Révélez vos capacités"**
- **Le 31 Mars: "Les Présidentielles"** *échanges sur les différents présidents de la République*
- **Le 28 Avril: "Ca déménage ! Mais on range où?"** *organisation, raisonnement*
- **Le 19 Mai: "Jeux de mots, jeux de stylo"**
- **Le 30 Juin: "C'est les vacances!"** *école, souvenirs, projets, ...*
- **Le 28 juillet: "Voyage, voyage"** *géographie ...*

Inscription et renseignement(s) au:

06 40 82 27 86



A VOTRE AGENDA

les jeudis de 14h à 16h

- **Le 27 janvier: "Mémoires d'éléphants"** *travail et informations autours des différentes mémoires*
- **Le 17 février: " Révélez vos capacités"**
- **Le 31 Mars: "Les Présidentielles"** *échanges sur les différents présidents de la République*
- **Le 28 Avril: "Ca déménage ! Mais on range où?"** *organisation, raisonnement*
- **Le 19 Mai: "Jeux de mots, jeux de stylo"**
- **Le 30 Juin: "C'est les vacances!"** *école, souvenirs, projets, ...*
- **Le 28 juillet: "Voyage, voyage"** *géographie ...*

Inscription et renseignement(s) au:

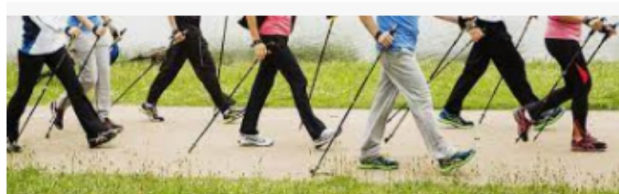
06 40 82 27 86



Le Bol d'Air

**MARCHE ADAPTÉE À DESTINATION
DES SENIORS**

ENCADRÉE PAR NATALIA LECLER,
ERGOTHERAPEUTE



INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENT AU

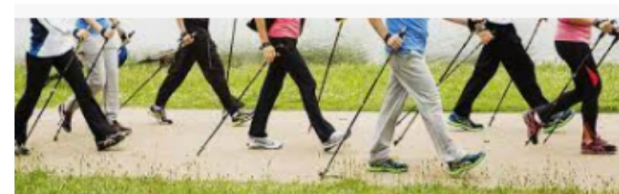
06.40.82.27.86

GRATUIT

Le Bol d'Air

**MARCHE ADAPTÉE À DESTINATION
DES SENIORS**

ENCADRÉE PAR NATALIA LECLER,
ERGOTHERAPEUTE



INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENT AU

06.40.82.27.86

GRATUIT

A VOTRE AGENDA

les vendredis de 14h à 16h

Sur **inscription** auprès de la coordinatrice de
L'instant répit au **06.40.82.27.86**

Lieux fixés selon les envies des participants à la fin de
chaque séance ou appelez la coordinatrice pour les
connaître!

- Le **21 janvier** : RDV la Halte aux
randonneurs, à PARFOURU SUR ODON
- Le **25 février**
- Le **25 mars**
- Le **29 avril**
- Le **20 mai**
- Le **24 juin**

pass COVID-19
sanitaire



**Pensez à prendre de l'eau, vos
chaussures et matériel adaptés!**

A VOTRE AGENDA

les vendredis de 14h à 16h

Sur **inscription** auprès de la coordinatrice de
L'instant répit au **06.40.82.27.86**

Lieux fixés selon les envies des participants à la fin de
chaque séance ou appelez la coordinatrice pour les
connaître!

- Le **21 janvier** : RDV la Halte aux
randonneurs, à PARFOURU SUR ODON
- Le **25 février**
- Le **25 mars**
- Le **29 avril**
- Le **20 mai**
- Le **24 juin**

pass COVID-19
sanitaire



**Pensez à prendre de l'eau, vos
chaussures et matériel adaptés!**