

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



De septembre à décembre 2024, le CLIC Vivre son Âge et ses partenaires proposent un programme d'ateliers pour soutenir les aidants dans leur quotidien et favoriser leur bien-être ainsi que leurs relations avec leurs proches aidés. Grand Lieu Communauté s'associe à cette initiative pour les informer sur les aides au répit existantes, la santé mentale et physique et la nécessité de prendre du temps pour soi notamment pour pouvoir accompagner leurs proches avec plus de sérénité.

Cette action, en collaboration avec le Contrat Local de Santé de Grand Lieu Communauté et la plateforme de répit Place des Aidants, est soutenue par la Conférence des financeurs dans le cadre de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de Loire-Atlantique.

### **Ciné-rencontre**

Le CLIC Vivre son Âge et ses partenaires vous convient à un ciné-rencontre autour du film « Mon Vieux » (avec Elie Semoun). À l'issue de la projection, échanges avec le public, animés par Mme Soulié, psychologue de la Place des Aidants et Mme

Lefebvre, ergothérapeute AT'DOM, suivis d'un temps convivial avec possibilité de s'inscrire à des ateliers.

Ouvert à tous - entrée gratuite

**Vendredi 20 septembre à 14h au cinéma de Saint Philbert de Grand Lieu.**

## **Le programme des ateliers :**

### **Qu'est-ce qu'être un aidant ?**

Intervention de professionnels des plateformes d'accompagnement Place des Aidants et Écho-Aidants

**Vendredi 27 septembre de 14h30 à 17h, Salle des Fêtes à Montbert -  
Entrée libre, sans inscription.**

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

Intervention du Dr Anne-Laure Barreau de l'Unité Médicale Départementale

**Vendredi 11 octobre de 14h30 à 17h, Salle du Conseil au Bignon - Entrée libre, sans inscription.**

### **Comment accompagner et protéger son proche au quotidien ?**

Intervention du CLIC Vivre Son Âge, de Mme Dalibert de l'ISTF 44 et d'un professionnel du domicile.

**Mardi 22 octobre de 14h30 à 17h, Salle Saint Martin à Pont Saint Martin -  
Entrée libre, sans inscription.**

## **Le bien-être des aidants.**

Découvertes de plusieurs pratiques de bien-être, en présence de :

Delphine Croisé, kinésiologue,

Valérie Mercier, réflexologue,

Laëtitia Mahé, animatrice du yoga du rire,

Nathalie Serré, socio-esthéticienne

Servane Pouvreau, sophrologue,

**Lundi 4 novembre de 14h à 17h, Salle Grand Lieu à La Chevrolière - Sur inscription.**

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

À destination des aidants et des aidés, avec la participation de professionnels des équipes ESA, AT'DOM, CLIC Vivre Son Âge, et Isabelle Anache, animatrice du BaoPao, instrument de musique favorisant l'expression.

**Vendredi 22 novembre de 14h à 17h, EHPAD de KerMaria à La Limouzinière - Entrée libre, sans inscription.**

## **Atelier créatif.**

À destination des aidants et de leur proches aidés, en présence de :

Clara Bossard, art-thérapeute

Sonia Provost, art-thérapeute

**Mardi 3 décembre de 14h à 16h30, Salle des Fêtes à Saint Lumine de Coutais - Sur inscription.**

## **Atelier découverte autour de la pratique du sport adapté.**

À destination des aidants et de leurs proches aidés, en présence de :

Franck Bonamy, animateur sportif

Marie Lefebvre, ergothérapeute à l'Hôpital de Corcoué sur Logne

Eglantine Guitton, enseignante en activités physiques adaptées

**Mardi 17 décembre de 14h30 à 17h, Salle des Mauves à Saint Colomban -  
Entrée libre, sans inscription.**

Les inscriptions aux ateliers 4 et 6 se feront par téléphone auprès du CLIC Vivre son Âge au 02.40.36.06.42

Renseignements auprès du CLIC Vivre son âge au 02.40.36.06.42 ou [coordination@clic-grandlieu.fr](mailto:coordination@clic-grandlieu.fr)

### **Liens utiles**

- [Programme sensibilisation et bien-être des aidants 2024 \(pdf\)](#)

[Retour aux actualités](#)