

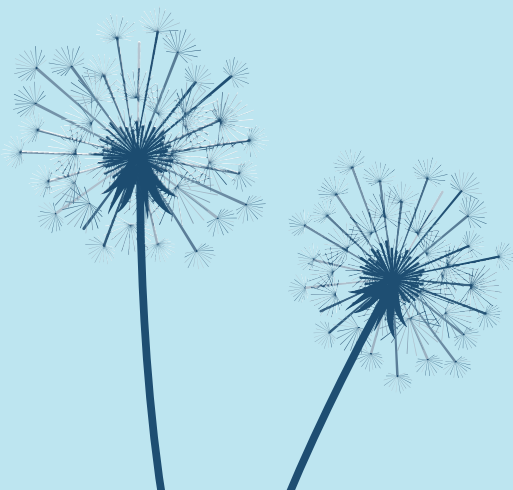
AIDANTS

Répit, mieux-être et partage entre aidants

NEW

UN PROGRAMME GRATUIT DE 12 SÉANCES POUR SOUFFLER, SE RECENTRER ET PARTAGER AVEC D'AUTRES AIDANTS.

PRISE EN CHARGE POSSIBLE DE LA PERSONNE AIDÉE PAR UNE SOIGNANTE SPÉCIALISÉE



**PREMIÈRE
SÉANCE**

Vendredi 17/04 à 9h30
Mairie de Pontrioux

INSCRIPTION NÉCESSAIRE

POUR QUI ?

Pour les aidants de plus de 60 ans, qui accompagnent un proche âgé (conjoint, parent, ...) résidant sur le territoire de l'Armor Argoat.

LES ATELIERS (12 séances de 2h hebdomadaire)

- 8 séances de sophrologie
- 2 séances de groupes d'entraide entre aidants
- 2 spectacles interactifs suivis d'un temps d'échange avec un artiste et un psychologue

Les ateliers seront encadrés par des professionnels : un psychologue clinicien spécialisé en médiation par l'art, 2 sophrologues diplômées, 1 animatrice de groupe de parole en analyse de la pratique, 1 assistante de soins en gérontologie.

INFOS PRATIQUES

- Où ? Au sein de la Mairie de Pontrieux
- Quand ? Les vendredis matin à 9h30 du 17 avril au 10 juillet 2026

GRATUIT avec INSCRIPTION OBLIGATOIRE par mail ou téléphone

NOS PARTENAIRES

Action co-portée par l'Association HAPPY et l'Espace de Répit des Aidants de l'Armor Argoat
Action financée par la Conférence des Financeurs et le CNSA, participation de l'accueil de jour de l'Ehpad Les Embruns.



CONTACT, INFORMATION ET INSCRIPTION

Espace de Répit des Aidants de l'Armor Argoat

06.77.36.64.91

espacederepitdesaidants@armorsante.bzh

www.ghatarmor.bzh

