



# EN JUIN... PLACE AUX AIDANTS !



@ Ville de Saint-Malo - Mai 2022 - Ne pas jeter sur la voie publique

LES 3 CLIC DU PAYS DE SAINT-MALO, AVEC LE SOUTIEN DE MALAKOFF HUMANIS ET DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS, PROPOSENT UNE PROGRAMMATION D'ÉVÉNEMENTS : INFORMATIONS, CONFÉRENCES, ATELIERS...



# LA CARAVANE DES AIDANTS S'INSTALLE À SAINT-MALO

**Du jeudi 16 au samedi 18 juin, de 9 h 30 à 19 h, sur l'esplanade Saint-Vincent**

Informations, entretiens personnalisés, rencontres avec des associations et espace mieux-être.



Interprètes en LSF disponibles le samedi  
de 16 h 30 à 18 h 30

## PLACE AUX AIDANTS AU PALAIS DU GRAND LARGE : CONFÉRENCES ET TABLES RONDES (1 QUAI DUGUAY-TROUIN À SAINT-MALO)

**Samedi 18 juin, de 10 h à 17 h. Accueil à partir de 9 h 30.**

Cocktail déjeunatoire offert.

### Conférences :

Qu'est-ce qu'être aidant aujourd'hui, entre vie personnelle et politiques publiques ? *par Jean-Jacques Amyot*

Comment aider sans s'épuiser ? *par Isabelle Donnio*

### Tables rondes :

Le rôle des aidants dans l'aide et le soin à domicile.

Entreprises, employeurs, comment soutenir les aidants salariés ?



Interprètes en LSF  
disponibles sur réservation  
avant le 8 juin



Boucle magnétique  
sur réservation  
avant le 8 juin



Retranscription  
instantanée  
de la parole.

Des solutions pour le proche que vous aidez :

**atelier de médiation animale**, réservation obligatoire avant le 8 juin.

Pour tout besoin de **solution de relayage**, à domicile ou non, contactez le CLIC de Saint-Malo.

### Info stationnement :

stationnez sur le parking relais Paul Féval (derrière l'hippodrome) et rejoignez intra-muros en navette (3,30 € pour les 5 passagers d'un véhicule).



## PLACE AUX AIDANTS : LES ATELIERS DE JUIN

---

**Mercredi 1<sup>er</sup> à 18 h 30** : groupe de parole des aidants de Saint-Malo.

**Mardi 7, à 14 h 30** : rendez-vous des aidants à Roz-sur-Couesnon.

**Mardi 7, à 15 h** : temps d'échanges entre aidants : « *Passons un moment convivial avec une expérience de réalité virtuelle* », à Dinard – Hôtel Les tilleuls, 36 rue de la Gare.

**Jeudi 9, à 19 h** : rendez-vous créatif des aidants à Saint-Malo, sur la plage du Sillon.

**Vendredi 17, à 18 h** : découvrez des outils pour faciliter la communication avec votre proche en situation de handicap et prenez un temps de relaxation méditation en pleine conscience. Proposé par l'UNAFAM. Maison de la Famille de Saint-Malo.

**Mardi 21, à 15 h** : temps d'échanges entre aidants : « *Passons un moment convivial avec une expérience de réalité virtuelle* », à Saint-Méloir-des-Ondes.

**Mercredi 22** : après-midi dédié au bien-être des proches aidants, au COSEC de Dinard – 29 rue Gouyon Matignon.

**Avec la participation de la Mutualité Française Bretagne.**

**Jeudi 23, à 10 h 30** : café philo : pourquoi philosopher quand on est aidant ? Maison de la Famille de Saint-Malo.

**Jeudi 23, à 16 h ou 18 h (au choix)** : découverte de la sophrologie. Maison de la Famille de Saint-Malo.

**Vendredi 24, 10 h ou 14 h (au choix)** : atelier gestes et postures de l'aidant, proposé par l'IFPEK à la Maison de la Famille.

**Mercredi 29, à 18 h 30** : rendez-vous créatif des aidants à Saint-Malo, plage du Sillon.

**Jeudi 30** : bain d'arbre en forêt du Mesnil. (9 h 30 ou 14 h, possibilité de partager un pique-nique à 12 h 30)

## ET AUSSI ...

Des bilans de santé sont proposés aux aidants à Baguer-Pican et Saint-Malo. Pour vous inscrire, un coupon est à retirer auprès du CLIC de votre territoire.

**Formation de 2 h :** « Les gestes qui sauvent » avec la Croix Rouge, le 22 juin à Dinard et le 27 juin à Saint-Malo.

**RÉSERVATION RECOMMANDÉE - GRATUIT**

**INFO / RÉSA : CCAS.CLIC@SAINT-MALO.FR / 02 23 18 58 00**



Présence d'interprètes en LSF  
sur réservation 10 jours avant l'atelier.

**Un français sur six serait aidant, soit 11 millions !**

**Parent, conjoint, enfant... vous apportez quotidiennement votre aide à un proche en situation de handicap ou en perte d'autonomie du fait de son âge ou d'une maladie. Participez à ces journées !**



**LISA, 14 ANS**

s'occupe de sa mère  
«avéciste»

**ALICE, 81 ANS**

s'occupe de son époux atteint  
de la maladie d'Alzheimer