



03 Sept.

- Médiathèque
- 10h - 12h
- Gratuit - sur inscription

Atelier « Aide aux aidants »

Le CCAS de la Ville s'associe à l'ASEPT Normandie et Néosilver pour vous proposer un atelier « Aide aux aidants ». Un parcours de 5 séances autour de diverses thématiques : se reconnaître en tant qu'aidant, savoir réagir en situation de crise, gérer sa charge mentale, maintenir la beauté de la relation, connaître ses voies de recours.

L'atelier est ouvert aux aidants d'une personne âgée de plus de 60 ans en perte

d'autonomie.

Les ateliers auront lieu tous les mardis du 3 septembre au 1^{er} octobre, de 10h à 12h, à la médiathèque François-Mitterrand.

Informations et inscriptions auprès du CCAS au 02 35 68 93 82.

pb POUR BIEN Vieillir Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Association santé éducation et prévention sur les territoires ASEPT Normandie

SPECIAL AIDANTS
+55 ans

NEOSILVER

Atelier Aide aux aidants

Un parcours de 5 séances

AUTOUR DE DIVERSES THÉMATIQUES

- Se reconnaître en tant qu'aidant
- Savoir réagir en situation de crise
- Gérer sa charge mentale
- Maintenir la beauté de la relation
- Connaître ses voies de recours

Tous les **mardis** de **10h à 12h**
À partir du **3 septembre 2024**

Contact inscription
02 35 68 93 82

Lieu : La médiathèque de Grand Quevilly - Esplanade
Tony Larue 76120 Grand Quevilly

Avec le soutien de nos partenaires

ars Fondation Mutuoia Camiey enim Agence de services à la personne Ircantec Pour bien vieillir CCAS de Grand Quevilly L'EUPE C.A.S. de Grand Quevilly CCAS de Grand Quevilly

Avec le concours financier de la CRSA dans le cadre des conférences des financeurs de la partie d'autonomie des personnes âgées du Calvados, de l'Eure, de la Manche, de l'Orne et de la Seine-Normandie

Inscriptions au 02 35 68 93 82

contact

Service seniors

Coordonnées :

- 02 35 68 93 82
- Esplanade Tony Larue