

CLIC Infos

Mai / Juin 2025



Ouverture d'une halte relais

L'antenne France Alzheimer de Saint Nazaire ouvre une halte relais à La Baule.

Une Halte Relais est un lieu qui accueille une à deux fois par mois les familles touchées par la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.

Pendant que les aidants participent à un groupe de parole animé par un(e) psychologue dont l'objectif est d'échanger sur les problématiques rencontrées au quotidien, les aidés sont accompagnés par les bénévoles et profitent d'activités.

L'après-midi se clôture par un moment convivial autour d'un goûter.

Coût : gratuit

Lieu : Résidence Le Doyenné des Corallines
Avenue des Corallines
44500 LA BAULE ESCOUBLAC

Quand :

- ⇒ Jeudi 15 mai
- ⇒ Jeudi 5 juin,
- ⇒ Jeudi 11 septembre,
- ⇒ Jeudi 23 octobre,
- ⇒ Jeudi 13 novembre,
- ⇒ Jeudi 11 décembre

Horaires : De 14h 30 à 17h

Contact : Madame Maryvonne BEVAN,
Responsable de l'antenne de Saint-Nazaire
07 88 73 61 95
contact44@francealzheimer.org



Les ateliers, formations et autres près de chez vous

EN SÉCURITÉ CHEZ MOI ET DANS MON ENVIRONNEMENT CONNECTÉ!

vos élus, vos CCAS, La gendarmerie nationale et l'association

"Victimes mais pas démunies!" vous invite à un cycle
d'ateliers et d'informations



Mardi 13 Mai 18h30
Salle du foyer des vignes LA TURBALLE

Venez rencontrer gratuitement une avocate et trouver des réponses sur vos questions de droit. Arnaques en ligne, cambriolage, agressions, faites vous aider, il existe des solutions!
Quels sont vos droits? En présence de Maître BABIN, avocate à Guérande

Lundi 16 Juin 2025 18h30
Salle Maison Félix SAINT-LYPHARD

Comment régler vos tracas du quotidien sans passer par la Justice souvent trop longue et peu adaptée? Venez rencontrer le médiateur au cours d'un jeu de rôle interactif pour retrouver votre pouvoir d'agir citoyen!
En présence d'Aurélië DESBORDES, médiatrice

Actions financées par la Conférence des financeurs 44

GRATUIT ET OUVERT A TOUS! ADAPTÉ AUX FAMILLES!

Contact et informations: victimes.mpd@gmail.com
06 67 06 42 36



Contact et informations :

victimes.mpd@gmail.com

06.67.06.42.36



ECHANGER, S'INFORMER, PARTAGER : Café répit



Un rendez-vous **ouvert à tous** pour **échanger et s'informer** sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Le Café répit permet de se retrouver dans un lieu convivial autour d'un verre, d'un thé ou d'un café et d'exprimer ses préoccupations en **rencontrant d'autres aidants**. Un thème différent est proposé à chaque rencontre pour faciliter les échanges. Une professionnelle du Relais des aidants anime ces rencontres.

Guérande

"Trésor des régions" Route de
Saillé de 14h30 à 16h30
**17 Janvier, 21 février, 21
mars, 18 avril, 16 mai et 20
juin 2025**

Thèmes

Janvier : La charge mentale de l'aidant
Février : Les limites du maintien au domicile
Mars : Je m'agace, je m'énerve,... comment faire autrement?
Avril : Le deuil blanc
Mai : La famille comme soutien
Juin : L'agressivité dans la maladie

PERMANENCES
SUR RDV

Information et soutien au BUDGET FAMILIAL

- CONSEIL BUDGÉTAIRE
- CONNAISSANCE DES DROITS SOCIAUX
- MICROCRÉDIT PERSONNEL
- PRÉVENTION DU SURENDETTEMENT

ENTRETIEN GRATUIT ET CONFIDENTIEL SUR RDV
☎ 06.99.07.74.59 ✉ d.ogereau@udaf44.asso.fr

Ouvert aux habitants
Assérac, La Turballe, Piriac-sur-Mer, Saint-Lyphard, Saint-Molf



Les C.C.A.S de Assérac, La Turballe, Piriac-sur-Mer, Saint-Lyphard et Saint-Molf mettent en place le service d'Information et Soutien au Budget Familial (ISBF) proposé par l'Udaf de Loire-Atlantique : un espace d'écoute et de conseil ouvert à tous les habitants des 5 communes pour améliorer leur vie quotidienne.

- Un changement de situation professionnelle ou familiale (retraite, naissance...)?
- Des difficultés pour souscrire un prêt (réparation du véhicule, achat de matériel médical...)?
- Comment faire face aux crédits ?



Votre conseiller-ère UDAF vous accompagne sur toutes les questions liées au budget familial ainsi que dans vos projets.

Où et quand ?

Chaque mois une permanence près de chez vous
sur une des 5 communes ci-dessous

Prenez rdv au
06.99.07.74.59

Assérac : Mairie - 15 rue du Pont Bérin

La Turballe : Maison des associations - 20 rue de la Mairie

Piriac-sur-Mer : Mairie - 3 rue du Calvaire

Saint-Lyphard : Mairie - 1 Rue de Kerio

Saint-Molf : Centre culturel Roby Wolf - 1 rue des Epis



LE LIEN

Accès aux droits et au numérique

C'EST QUOI ?

Un lieu d'information, d'écoute et d'orientation
pour répondre à toutes vos questions
en lien avec la vie quotidienne.

POUR QUI ?

Pour tous-tes en Loire-Atlantique

Comment
envoyer
un email ?



Ai-je le droit
à l'aide au
logement ?



Ai-je le droit à
des aides financières
pour mes projets ?



GUÉRANDE

La Madeleine
(Place de l'Église)

10H00 - 12H30

Saillé

(Parking de la place Jean IV
devant l'Église)

10H00 - 12H30



LES MARDIS en 2025

28 JANVIER / 25 MARS
20 MAI / 30 SEPTEMBRE
25 NOVEMBRE

25 FÉVRIER / 22 AVRIL
1 JUILLET / 14 OCTOBRE
16 DÉCEMBRE

Financé par



Financé par
l'Union européenne



Contact Le Bus Le Lien :
02.51.80.30.46

Santé bucco-dentaire

Croquez la vie à pleines dents !

MUTUALITÉ FRANÇAISE
PARIS ET LA LOIRE

Jeudi 15 MAI 2025
14h15 à 15h45

Mairie de La Turballe
10 rue de la Fontaine
44420 LA TURBALLE

Sur inscription **GRATUIT**
Tel. : 02 40 11 88 72
ccas@laturballe.fr

OUVERT AUX PERSONNES DE 60 ANS ET PLUS

Les partenaires :

LA TURBALLE

Atelier d'une heure et demie animé par une chirurgienne-dentiste.

UN ATELIER POUR :

- DÉVELOPPER ses connaissances
- DÉCOUVRIR les gestes quotidiens d'hygiène
- PARTAGER, ÉCHANGER



ATELIER : LE SOMMEIL

LE COMPRENDRE ET EN PRENDRE SOIN

LUNDIS 28 AVRIL,
5 & 12 MAI 2025

14h30-16h
Salle de la résidence des vignes

GRATUIT
+ DE 60 ANS

Animés par Nadège Planche Aromatologue

- Comprendre le fonctionnement du sommeil pour mieux appréhender les effets liés à l'âge.
- Découvrir des outils et astuces pour améliorer la qualité du sommeil.
- Utiliser les techniques de relaxation et les huiles essentielles pour se détendre, gérer ses émotions et favoriser le lâcher-prise.



Action soutenue par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de Loire-Atlantique agrisiens.loire-atlantique.fr

Sur inscriptions auprès du Centre Communal d'Action Sociale

☎ 02 40 11 88 72 - ✉ ccas@laturballe.fr

laturballe.fr



ATELIERS Socio-esthétique

Animés par Nathalie Délicate Essence

- 5/02 : Soins des mains
- 12/03 : Cosmétiques
- 2/04 : Soins du visage
- 7/05 : Relaxation
- 4/06 : Soins des pieds

DE FÉVRIER À JUIN 2025

10h-12h

Salle de la résidence des Vignes

15 rue Edmond Michelet

Participation de 5 € - Ouvert à tous - Places limitées

Action soutenue par la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de Loire-Atlantique

Sur inscriptions auprès du Centre Communal d'Action Sociale
02 40 11 88 72 - ccas@laturballe.fr



ORGANISÉ PAR LE DÉPARTEMENT DE LOIRE-ATLANTIQUE

MULTISPORT SENIORS

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Deux séances d'essai gratuites

Escalade / Jeudi 15 mai de 10h30 à 12h - Saint-Molf

Tir à l'arc / Mardi 10 juin de 10h30 à 12h - Piriac-sur-mer

Début des activités en septembre



Loire Atlantique

Informations et inscriptions

Maxime DEGREZ

maxime.degrez@loire-atlantique.fr

06.71.22.75.64

Des ATELIERS pour vous
qui êtes l'aidant
d'une personne âgée

journal créatif®

Le Vendredi matin
16 & 23 MAI
6, 13, 20 & 27 JUIN

GRATUIT 10 H - 12H30
Guérande
salle Kenkiz

Renseignements & inscriptions :
Marie Rocher
07 86 40 83 76
carnetsmusette@mailo.com

Action soutenue par la Conférence des financeurs
de la prévention de la perte d'autonomie
des personnes âgées de Loire-Atlantique,
le CCAS de la ville de Guérande & l'association Alfa Répît







Sophrologie ludique

Techniques de relaxation et gestion du stress
Facile et accessibles à tous



4 ateliers
à destination des aidants



Mairie Annexe du Guézy

Salle Rez de chaussée
121 av Saint-Georges

LA BAULE



- Apprendre à mieux respirer
- Décharger les tensions
- S'offrir un moment de ressourcement immédiat
- Remise en mouvement du corps avec douceur

*Être bien avec soi
pour être bien
avec l'autre*

Les mardis:

De 10h à 12h

- 29 avril
- 13 mai
- 6 mai
- 20 mai

Sur Inscription



Les Papotâges du CCAS à La Madeleine

Mardi 28 janvier (mairie annexe): **Les arnaques numériques**
Mardi 25 mars (mairie annexe): **Se soigner sans se ruiner**
Mardi 20 Mai (salle st Joseph): **Questions de mobilité**

Venez nous
rencontrer
de 10h00 à 12h30



Contact :

CCAS Guérande
02.40.24.99.57

Les Papotâges du CCAS à Saillé

Mardi 25 février : **Se soigner sans se ruiner**
Mardi 22 avril : **Les arnaques numériques**
Mardi 1er juillet : **Mémoire et vie quotidienne**

Venez nous
rencontrer à l'accueil
périscolaire
de 10h00 à 12h30





Siel ! Ma Mémoire !

Siel Bleu

Un code oublié ? Des lunettes introuvables ? Un plat qui a brûlé ? Tenez tête à vos inquiétudes et musclez votre mémoire.

Exercer sa mémoire permet de mieux gérer son quotidien et favorise l'autonomie.

Le CCAS de Guérande, en partenariat avec l'Association Siel bleu, vous propose des ateliers « Siel ! Ma Mémoire » !

12 séances du 25 avril au 11 juillet

Les vendredis, de 15h30 à 16h30

Coût : 1€/séance

Lieu : à Guérande (salle à confirmer auprès du CCAS de Guérande)

Pour toute information complémentaire et/ou inscription

Contactez CCAS Guérande 02.40.24.99.57

ADT44 a le plaisir de vous convier à son atelier bien être



L'atelier aura lieu à l'agence ADT44, 7 avenue des Sports à Guérande
Transport possible assuré par ADT44 (5€ A/R)



Renseignement et inscription
ADT44 au 02.40.19.09.04 ou auprès de l'intervenante à domicile

