

ACTIONS DE SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS PROGRAMME 2026



VOUS AIDEZ UN PROCHE ÂGÉ
LA BUISS'AIDANCE
ET LE CLIC LOIRE LAYON AUBANCE
VOUS ACCOMPAGNENT
TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

Solidarité



La Buiss'aidance

J'AI BESOIN DE PARLER DE ME SENTIR ÉCOUTÉ.E

Se rencontrer

*Partager
ses expériences
et ses ressentis*

Discuter, échanger

*Apprendre des autres et
se sentir moins seul*

LE CAFE DES PROCHES

Animé par **Océane Frémondrière**,
psychologue à la Buiss'aidance

à **Thouarcé** de 14h30 à 16h30
Médiathèque Place du Champ de Foire

Les mardis 10 mars, 26 mai, 21 juillet,
22 sept, 17 nov

Un relais est
proposé sur
place pour votre
proche aidé.



**INSCRIPTIONS
AUPRÈS DE LA BUISS'AIDANCE 02 41 79 19 96**



**JE PRENDS SOIN DE MOI,
J'APPRENDS À ME DÉTENDRE...**

*... par des massages, soins du visage,
soins des mains*

*... par la relaxation en libérant les
tensions et les émotions*

ATELIERS SOCIO- ESTHÉTIQUE

Animés par Eloïse Pilet

à **Mozé-sur-Louet**

Résidence Les Jonchères
4 Promenade du Pré Pelote

Vendredi 24 avril 10h30-12h

Mardi 30 juin 14h30-16h

ATELIERS BIEN-ÊTRE ET RELAXATION

Animés par Christelle Horreau

à **Brissac-Quincé** de 14h30 à 16h
CCAS – 11 rue Nationale

Les mardis 14 avril, 12 mai, 9 juin,
7 juillet / Lieu à définir : 25 août,
1^{er} sept, 13 oct, 17 nov, 8 déc

LES RDV DES AIDANTS

Animés par **Françoise Roy**,
professionnelle de l'accompagnement et de l'écoute

À BRISSAC-QUINCÉ

de 14h30 à 16h30

Médiathèque

3, rue du Marin

Mardi 17 mars

Mardi 19 mai

Mardi 8 septembre

Mardi 24 novembre

Mardi 26 janvier 2027

À CHALONNES-SUR-LOIRE

de 14h30 à 16h30

Le Tintamarre

15, rue Jean Robin

Ven 17 avril

Ven 10 juillet

Ven 11 septembre

Ven 20 novembre

Ven 29 janvier 2027

↑
INSCRIPTIONS AUPRÈS DU CLIC 02 41 80 68 13

↓
... par des ateliers thématiques alternant apports théoriques, échanges et exercices pratiques de relaxation (respiration, détente musculaire, visualisation ...)

ATELIERS RELAXOLOGIE ET ACCOMPAGNEMENT DES AIDANTS

Animés par Lisa Forestier

à **Saint-Georges-sur-Loire**

de 16h à 18h

Salle Jeanne de Laval

à **Mozé-sur-Louet**

de 15h à 17h

Salle de l'Aubance

Lundi 27 avril	Comprendre le stress et le réguler	jeudi 10 sept
Lundi 04 mai	Les émotions : accueillir et comprendre	jeudi 24 sept
Lundi 18 mai	Les émotions : identifier et apaiser	jeudi 1 oct
Lundi 1 juin	Prévenir la fatigue et se ressourcer	jeudi 15 oct
Lundi 15 juin	Prendre soin de son sommeil	jeudi 5 nov
Lundi 29 juin	Lâcher prise et cultiver un espace pour soi	jeudi 26 nov

TOUTES LES ACTIONS SONT GRATUITES !

LES DATES À RETENIR (SUR INSCRIPTION)

Jeudi 26 mars à 18h

Salle Jean de Pontoise à St Aubin de Luigné

Conférence : « Comprendre une perte invisible : le deuil blanc »

En partenariat avec le Comité Action Sociale Agirc
Arrco des Pays-de-la-Loire

Mardi 4 juin, à Mozé-sur-Louet

Après-midi festif aidants/aidés

Proposé avec le comité local d'aide aux aidants



TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

Un soutien psychologique individuel à votre domicile
ou à La Buiss'aidance

Des sorties culturelles, randonnées pour un temps de rencontres,
d'évasion et de partages pour les aidants et les aidés

Formation des aidants avec France Alzheimer

D'autres activités sont aussi proposées par la Buiss'aidance
hors de la Communauté de communes Loire Layon Aubance

CONTACTEZ-NOUS

Plateforme de répit et d'accompagnement des aidants

La Buiss'aidance 02 41 79 19 96 - accueildejour@labuissaie.fr

La Buissaie - 85, route de Nantes 49610 Mûrs Erigné

CLIC Loire Layon Aubance

02 41 80 68 13 - clic@loirelayonaubance.fr

1 rue Adrien Meslier

CS 80083 - 49170 St Georges-sur-Loire

