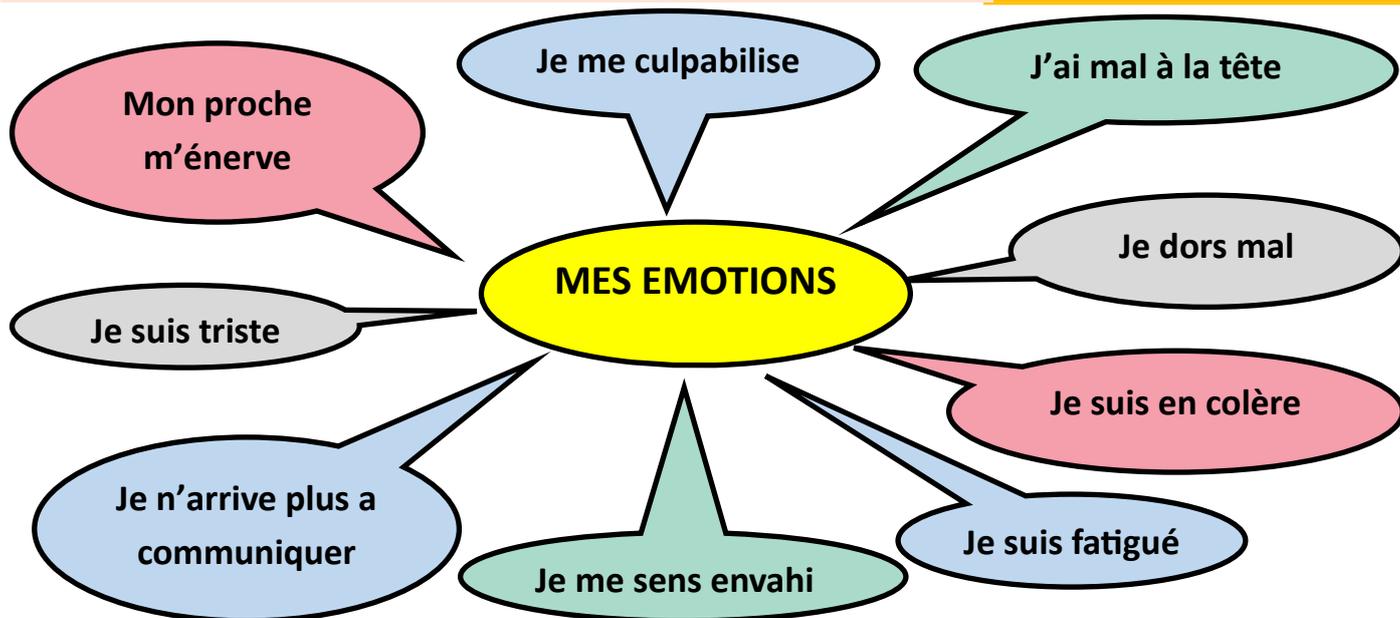


ATELIERS « se sentir mieux avec ses émotions »

Des méthodes de gestion des émotions et du stress afin de vous aider à vous exprimer sur votre ressenti, de vous sentir mieux et vous permettre de



GUEMENE PENFAO

Les 4ème vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Maison des Associations 2
1 rue Jacques Prévert

- ◆ Vendredi 27 janvier
- ◆ Vendredi 24 Février
- ◆ Vendredi 28 Avril
- ◆ Vendredi 26 Mai
- ◆ Vendredi 23 Juin
- ◆ Vendredi 22 Septembre
- ◆ Vendredi 27 Octobre
- ◆ Vendredi 24 Novembre
- ◆ Vendredi 22 Décembre

FAY DE BRETAGNE

Les 1er vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Salle de L'Isac
11 rue de la Mairie

- ◆ Vendredi 6 janvier
- ◆ Vendredi 3 Février
- ◆ Vendredi 3 Mars
- ◆ Vendredi 7 Avril
- ◆ Vendredi 5 Mai
- ◆ Vendredi 2 Juin
- ◆ Vendredi 1er Septembre
- ◆ Vendredi 6 Octobre
- ◆ Vendredi 3 Novembre
- ◆ Vendredi 1er Décembre

CHAPELLE DES MARAIS

Le 2ème vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Espace la chaumière
Rue Coilly

- ◆ Vendredi 13 janvier
- ◆ Vendredi 10 février
- ◆ Vendredi 10 mars
- ◆ Vendredi 14 avril
- ◆ Vendredi 12 mai
- ◆ Vendredi 9 juin
- ◆ Vendredi 8 septembre
- ◆ Vendredi 13 octobre
- ◆ Vendredi 10 novembre
- ◆ Vendredi 8 décembre

INSCRIPTION AU 02 40 66 94 58 OU VIA CONTACT@ALFAREPIT.FR



Le Relais des aidants-Alfa Répit

Tél : 02.40.66.94.58

Mail : contact@alfarepit.fr

Site: www.alfarepit.fr

L'association accompagne les proches aidant qui ont à leur domicile une personne en perte d'autonomie et ayant des une maladie neuro évolutive (Parkinson, Alzheimer, Accident Vasculaire Cérébral, etc.).

Le relais des aidants est votre interlocuteur privilégié. Avec une offre diversifiée et coordonnée d'accompagnement et de répit. Il apporte information, formation, temps de répit et d'échanges pour vous aider dans votre quotidien.

Le relais des aidants, c'est :

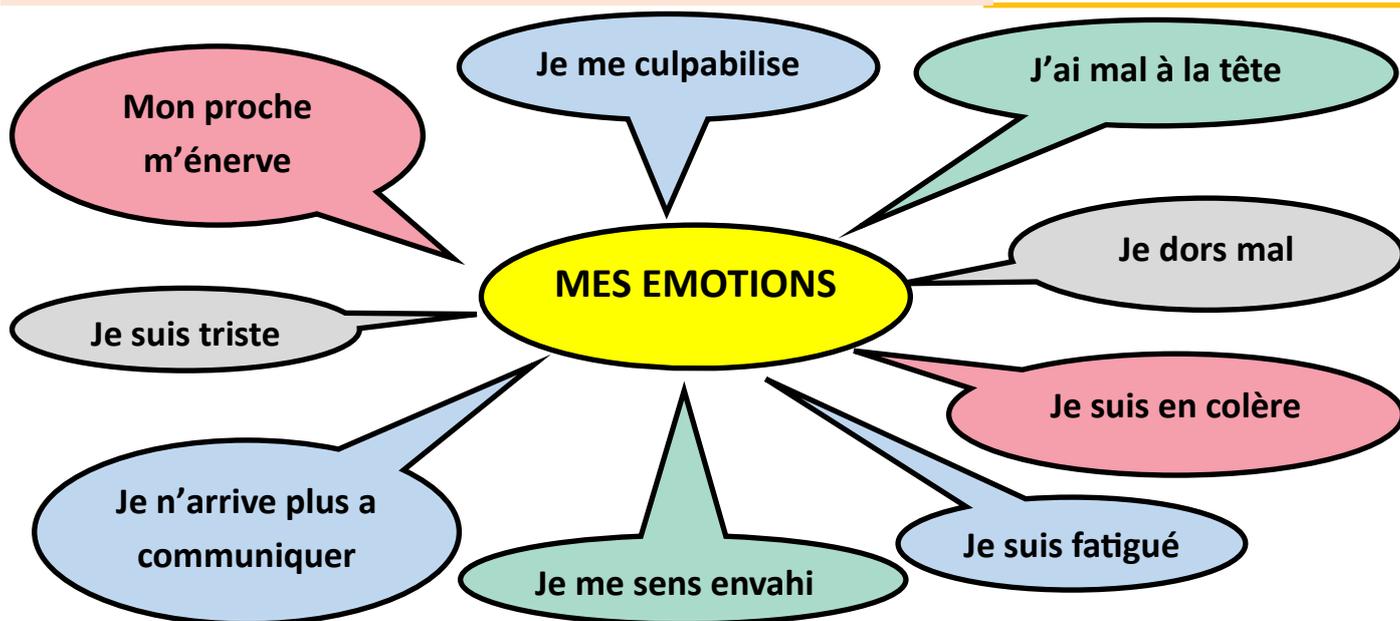
- Une offre de temps libéré ;
- Un lieu d'écoute,
- Un lieu d'information
- Un lieu d'accompagnement pour aider à faire face;
- Des solutions pour rompre l'isolement
- Favoriser la vie sociale et le relationnelle;

Possibilité d'une prise en charge thérapeutique et sociale de la personne malade au sein d'un accueil de jour ou d'une halte répit.

Un ensemble de services avec des professionnels à votre écoute.

ATELIERS « se sentir mieux avec ses émotions »

Des méthodes de gestion des émotions et du stress afin de vous aider à vous exprimer sur votre ressenti, de vous sentir mieux et vous permettre de



GUEMENE PENFAO

Les 4ème vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Maison des Associations 2
1 rue Jacques Prévert

- ◆ Vendredi 27 janvier
- ◆ Vendredi 24 Février
- ◆ Vendredi 28 Avril
- ◆ Vendredi 26 Mai
- ◆ Vendredi 23 Juin
- ◆ Vendredi 22 Septembre
- ◆ Vendredi 27 Octobre
- ◆ Vendredi 24 Novembre
- ◆ Vendredi 22 Décembre

FAY DE BRETAGNE

Les 1er vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Salle de L'Isac
11 rue de la Mairie

- ◆ Vendredi 6 janvier
- ◆ Vendredi 3 Février
- ◆ Vendredi 3 Mars
- ◆ Vendredi 7 Avril
- ◆ Vendredi 5 Mai
- ◆ Vendredi 2 Juin
- ◆ Vendredi 1er Septembre
- ◆ Vendredi 6 Octobre
- ◆ Vendredi 3 Novembre
- ◆ Vendredi 1er Décembre

CHAPELLE DES MARAIS

Le 2ème vendredi du mois
De 14h30 à 16h

Espace la chaumière
Rue Coilly

- ◆ Vendredi 13 janvier
- ◆ Vendredi 10 février
- ◆ Vendredi 10 mars
- ◆ Vendredi 14 avril
- ◆ Vendredi 12 mai
- ◆ Vendredi 9 juin
- ◆ Vendredi 8 septembre
- ◆ Vendredi 13 octobre
- ◆ Vendredi 10 novembre
- ◆ Vendredi 8 décembre

INSCRIPTION AU 02 40 66 94 58 OU VIA CONTACT@ALFAREPIT.FR



Le Relais des aidants-Alfa Répit

Tél : 02.40.66.94.58

Mail : contact@alfarepit.fr

Site: www.alfarepit.fr

L'association accompagne les proches aidant qui ont à leur domicile une personne en perte d'autonomie et ayant des une maladie neuro évolutive (Parkinson, Alzheimer, Accident Vasculaire Cérébral, etc.).

Le relais des aidants est votre interlocuteur privilégié. Avec une offre diversifiée et coordonnée d'accompagnement et de répit. Il apporte information, formation, temps de répit et d'échanges pour vous aider dans votre quotidien.

Le relais des aidants, c'est :

- Une offre de temps libéré ;
- Un lieu d'écoute,
- Un lieu d'information
- Un lieu d'accompagnement pour aider à faire face;
- Des solutions pour rompre l'isolement
- Favoriser la vie sociale et le relationnelle;

Possibilité d'une prise en charge thérapeutique et sociale de la personne malade au sein d'un accueil de jour ou d'une halte répit.

Un ensemble de services avec des professionnels à votre écoute.