

## A QUI S'ADRESSE CES TEMPS D'INFORMATION ?

Aux proches aidants qui soutiennent les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.

### OÙ ?

Manoir de Keraudren  
160 rue Ernestine de Tremeaudan  
29200 Brest

## QUELLES SONT LES MODALITES ?

Ces ateliers gratuits se déroulent de 14h à 16h,  
les vendredis.

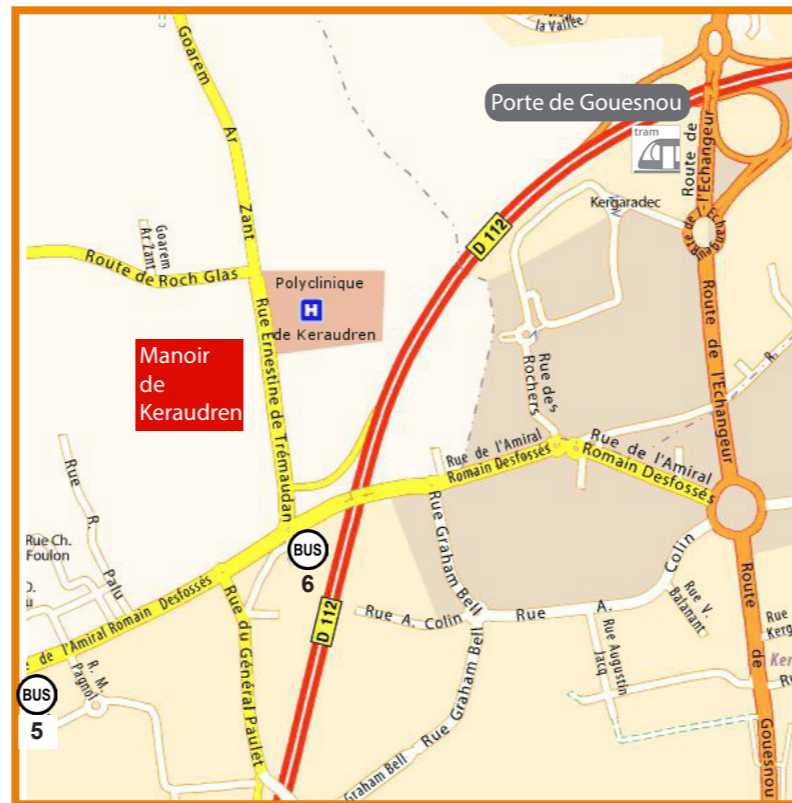
### COMMENT VOUS INSCRIRE ?

Manoir de Keraudren, 160 rue Ernestine de Tremeaudan, 29200 Brest  
tel : 02 98 34 66 60  
email : [accueildejour.tybeo@ildys.org](mailto:accueildejour.tybeo@ildys.org)

### ET VOTRE PROCHE ?

Durant le temps des ateliers, nous proposons d'accueillir votre proche à l'accueil de jour de l'établissement.

*Votre inscription vaut pour toutes les sessions.*



### Bus

**Ligne 6** (Fort Montbarey - Kerguen) arrêt Keraudren  
**Ligne 5** (Gascogne - Niepce) arrêt Niepce (10 min de marche)

### Tram

**Arrêt :** Porte de Gouesnou, suivi de 20 min de marche ou  
**Ligne 6** Direction Fort Monbarey,  
arrêt Keraudren

Information des aidants



Mieux connaître les maladies  
(Alzheimer, Parkinson ...)  
pour accompagner autrement son proche

## Comment faire face au fur et à mesure aux changements liés à la maladie ? Comment se préserver ? Comment continuer à vivre autrement ?

- Poser un regard différent sur la personne, percevoir ses forces et ses ressources.
- Vivre avec et malgré les maladies (Alzheimer, Parkinson...).
- Partager votre expérience avec d'autres personnes qui vivent des situations similaires.
- Réfléchir ensemble à un accompagnement ajusté aux besoins de chacun.
- Apprendre à prendre soin de vous !



## LES THEMES ABORDES

- **Atelier 1** : 31 mars : Rencontre présentation
- **Atelier 2** : 14 avril : Mieux comprendre les maladies (Alzheimer, Parkinson...)
- **Atelier 3** : 28 avril : Comment communiquer avec son proche avec et malgré la maladie
- **Atelier 4** : 12 mai : Etre proche à temps plein
- **Atelier 5** : 26 mai : Comment prendre soin de soi
- **Atelier 6** : 9 juin : Questions administratives (aides sociales, protections judiciaires)
- **Atelier 7** : 23 juin : Maintenir et valoriser les activités de la vie quotidienne
- **Atelier 8** : 7 juillet : Et après.... faire le point autour d'un repas