

SECTEUR NORD-COTENTIN

Inscriptions obligatoires auprès de Marie LA JOIE, responsable du secteur, au 07.86.48.03.53



Actions pour les personnes touchées par la maladie

➤ Ateliers de mobilisation cognitive (ateliers mémoire)

Animés par une psychologue et des bénévoles de l'association

BRICQUEBEC : Le vendredi de 14h15 à 16h15 - Salle du Patrimoine

LES PIEUX : Le mardi de 14h à 16h - Maison des Associations - Salle C2A - 14, route de Cherbourg

➤ Ateliers d'art thérapie

2 groupes animés par une art-thérapeute

VALOGNES : Le jeudi de 14h à 16h - Bâtiment Arc-en-ciel - Allée du Stade

1^{er} groupe : 15/01, 12/02, 26/03, 30/04, 04/06, 02/07, 10/09, 08/10, 12/11, 03/12/2026

2^{ème} groupe : 22/01, 12/03, 09/04, 21/05, 18/06, 16/07, 24/09, 29/10, 26/11, 17/12/2026

➤ Tennis de table

Animé par un animateur sportif

LA GLACERIE : Tous les mercredis hors vacances scolaires de 10h30 à 12h - Rue de la Mare à Canard



Actions pour les aidants

➤ Formations des aidants familiaux

Formations de 6 séances de 2 heures destinées aux aidants pour mieux comprendre la maladie et adapter l'accompagnement au quotidien. Accueil des aidés possible sur demande.

LA GLACERIE : le mardi de 18h à 20h, prochaine session à partir du mois d'octobre 2026

BRICQUEBEC : le vendredi de 10h30 à 12h30, prochaine session à partir du mois d'octobre 2026

➤ Ateliers sophrologie

Animés par une psychologue formée en sophrologie

BRICQUEBEC : Les vendredis 16 janvier, 6 février, 27 février, 6 mars, 26 juin, 3 juillet 2026

de 10h30 à 11h30 - Résidence Les Peupliers

➤ Entretiens individuels

Ils sont conduits par une psychologue spécialement formée pour accompagner les décisions importantes, les périodes de souffrance et/ou les situations problématiques (5h sur un parcours d'aidant).

Sur demande auprès de l'association

➤ Conseil Patrimoine

Sur rendez-vous à Coutances ou par téléphone

Un vendredi par mois le matin

Les 23 janvier, 27 février, 20 mars, 17 avril, 29 mai, 26 juin, 25 septembre, 30 octobre, 27 novembre, 18 décembre 2026