
Afin de permettre le maintien à domicile de la personne âgée...
Pour mieux accompagner son proche malade au domicile...

Nous vous proposons un certain nombre d'actions qui pourront vous permettre de continuer à générer du lien social, participer à des temps de loisirs ou encore de soutien si vous êtes en situation d'aidant.

Le calendrier des actions est disponible à la Maison des aidants « TY COZ » 30 rue de Kergus à Plestin-les-Grèves.

Bistrot mémoire - Kafe Marvailhou

Le mardi après midi , une fois par mois à Saint-Michel-en Grève (café le Petit Saint Michel)

Pour un moment convivial , de rencontre, de dialogue, de loisirs, d'information pour les personnes vivant avec des troubles de la mémoire et leur proche aidant.

Atelier de sophrologie, groupes de parole

Des ateliers sont proposés aux aidants.
« Prendre soin de soi afin de mieux prendre soin de l'autre ».

La Parenthèse, groupe se réunissant mensuellement et faisant suite à la participation aux ateliers (sophrologie et groupe de parole)

Visites de convivialité à domicile

Des bénévoles vous proposent un temps convivial à votre domicile pour une balade, un jeu, un échange, un café....

Actions collectives / culturelles

Ateliers divers à TY COZ (programme sur demande ou à TY COZ)
Ou pour le temps d'un goûter, avec une animation,
Ou pour une sortie à visée culturelle (visite, spectacle...)

Marche douce

Pour sortir de chez soi, faire un peu d'exercice, créer du lien social et « papoter » entre marcheurs (balade accompagnée par des bénévoles et adaptée au rythme de chacun). Départ 14H les jeudis, parking An Dour Meur, Plestin-les-Grèves,

Des solutions d'accueil temporaire,

Places d'accueil temporaire sur différents établissements du canton.

Un accueil de jour, « An Diskuiz » accolé à l'Ehpad Notre -Dame de Plestin-les-Grèves

(Actions gratuites)