

## La téléassistance

La téléassistance assure un service d'assistance pour les personnes de plus de 60 ans ou les personnes en situation de handicap qui souhaitent rester à leur domicile.

Elle permet une sécurité renforcée, une écoute et une assistance au quotidien pour conserver un maximum d'autonomie à domicile. Le dispositif bénéficie d'une écoute et d'un système d'alerte 24h/24 et 7j/7.

- **Comment ça marche ?**

Vous disposez d'un transmetteur qui permet d'être relié à une centrale d'écoute. Vous n'avez pas besoin de décrocher votre téléphone.

Lors de la souscription à un dispositif de téléassistance, vous indiquez la liste des personnes à prévenir et qui peuvent se rendre rapidement à votre domicile.

Lorsque la personne tombe, elle appuie sur le bouton d'alerte situé sur le médaillon ou la montre-bracelet et déclenche un appel. L'appel est transmis à la centrale d'écoute via le boîtier de téléassistance. La ou la chargée d'écoute dialogue avec la personne, analyse la situation et décide de l'action appropriée. Un proche ou un service de secours est appelé pour intervenir.



Les services de téléassistance proposent des options afin de s'adapter à la situation :

- DéTECTEUR de chute,
- DéTECTEUR de mouvements,
- Étanchéité,
- Géolocalisation.

Le coût de l'abonnement à un dispositif de téléassistance diffère d'un prestataire à l'autre.

Des aides financières existent pour prendre en charge tout ou partie du coût de la téléassistance.

Sources : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>  
<https://www.loire-atlantique.fr>

# Les ateliers, formations et autres près de chez vous

ATELIERS PEPS Eurêka



**GARDEZ VOTRE MÉMOIRE EN PLEINE FORME**

10 séances pour travailler sa mémoire  
du 18 novembre 2025 au 3 février 2026  
Ouvert à tous les retraités

TOUS LES MARDIS DE 14H30 À 17H00  
HERBIGNAC

Inscription obligatoire !



**Atelier Siel ! Ma mémoire !**



A destination de chacun(e), sans difficultés mnésiques pathologiques.  
Pour s'entretenir, être stimulé cognitivement, découvrir des activités originales, ou même tout simplement pour un moment de convivialité avec ses pairs.

Exercer sa mémoire permet de mieux gérer son quotidien et favorise l'autonomie.

Participez à 12 ateliers pour exercer votre mémoire.

Peur de ne pas y arriver ?  
Le cadre bienveillant, et les exercices adaptés vous permettront de travailler votre mémoire en toute sérénité.

A partir du 16 janvier 2026, le vendredi de 9h30 à 10h30  
Salle de convivialité-  
résidence des Vignes 15  
rue Michelet à La Turballe

Tarif : 10€ les 12 séances.

Avec le soutien de nos partenaires :  
LA TURBALLE, Loire Atlantique, CCAS de La Turballe, Camies, ACIC, ASSERAC, HERBIGNAC, SAIN-MOI.

Informations / inscription  
CCAS de La Turballe  
02 40 11 88 72  
ccas@laturballe.fr

Suivez nous :  
www.sielbleu.org

Donnons le sourire à votre santé !

ATELIERS Numériques GRATUIT

**POUR QUI ?**  
Les Batziens de 60 ans et +

**AU PROGRAMME :**  
Du 12 janvier au 30 mars 2026  
10 séances d'ateliers  
LES LUNDIS DE 14H À 16H



**FAMILIARISEZ-VOUS AVEC LA TABLETTE ET VOTRE SMARTPHONE**

INSCRIPTIONS AU CCAS

CLIC Eclair'Âge, Guérande-02.40.62.64.64

ATELIERS Numériques



**FAMILIARISEZ-VOUS AVEC LA TABLETTE ET VOTRE SMARTPHONE**

10 ateliers pour les débutants  
du 12 Janvier au 30 Mars 2026  
Ouvert à tous les retraités  
Atelier gratuit

Inscription obligatoire !  
Prêt d'une tablette pendant l'atelier

TOUS LES LUNDIS DE 10H00 À 12H00  
LE CROISIC



CLIC infos Janvier/Février 2026

# ATELIERS ÉQUILIBRES

N'AYEZ PLUS DE LA CHUTE  
AVEC LES ATELIERS ÉQUILIBRE



Un cycle de 12 séances encadré par le labsport (Maison Sport Santé).

**Renseignements et inscription** auprès de l'ASEPT :  
par téléphone au 02.40.41.38.53  
ou par mail contact@aseptpd.fr  
(cycle gratuit)

## LE CALENDRIER DES SÉANCES

- Mardi 27 Janvier 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 10 Février 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 17 Février 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 24 Février 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 10 Mars 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 17 Mars 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 24 Mars 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 31 Mars 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 7 Avril 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 14 Avril 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 21 Avril 2026 - 10h45 à 12h15
- Mardi 5 Mai 2026 - 10h45 à 12h15



Gymnase  
21 Avenue des moulins

LE CROISIC



N'AYEZ PLUS PEUR DE LA CHUTE  
AVEC LES ATELIERS ÉQUILIBRE

Un cycle de 12 séances d'1h30 à Piriac-sur-Mer

**Renseignements et inscriptions**  
auprès de l'ASEPT au 02.40.41.38.53  
ou par mail : contact@aseptpd.fr

## LE CALENDRIER DES SÉANCES

Un cycle les Mardis de 14h30 à 16h :

- Mardi 27 Janvier 2026
- Mardi 10 Février 2026
- Mardi 24 Février 2026
- Mardi 10 Mars 2026
- Mardi 24 Mars 2026
- Mardi 7 Avril 2026
- Mardi 14 Avril 2026
- Mardi 21 Avril 2026
- Mardi 5 Mai 2026
- Mardi 12 Mai 2026
- Mardi 19 Mai 2026
- Mardi 2 Juin 2026



Mairie  
Salle du Conseil Municipal  
3 rue du Calvaire  
PIRIAC-SUR-MER



WWW.HERGUENEC.FR

KERGUENEC

THÉ DANSANT

Animé par Joël MOREAU

MARDI 10 FEV

14h30/16h30

Lycée Kerguénec, St MOLF

8€/personne avec collation

Ouvert à tous

Participation des lycéens

INSCRIPTIONS

06 85 08 36 87

ekodomaine.kerguénec@cneap.fr

## Contact :

CCAS Guérande 02.40.24.99.57



### Conférence « Manger - Bouger ! »

Animée par une kinésithérapeute, Mme MONIER et une diététicienne, Mme FORESTIER, la conférence annonce un cycle d'ateliers autour de la pratique sportive et de la nutrition.

Le **lundi 9 février** de **14h30 à 16h30**, salle Saint Joseph (La Madeleine)

GRATUIT - Sur inscription auprès du CCAS 02.40.24.99.57



### Ciné débat « Parler de l'isolement »



Le CCAS et ses partenaires vous proposent un temps pour échanger sur la thématique de l'isolement parce que nous pouvons tous y être confrontés de près ou de loin.

**Mardi 10 février à 13h45** à Athanor, salle Anne de Bretagne.

Inscription auprès du CCAS au 02.40.24.99.57. GRATUIT



### ECHANGER, S'INFORMER, PARTAGER : Café répit



02 40 66 94 58  
[contact@alfarepit.fr](mailto:contact@alfarepit.fr)

Site internet : [www.alfarepit.fr](http://www.alfarepit.fr)

Un rendez-vous **ouvert à tous** pour échanger et s'informer sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Le Café répit permet de se retrouver dans un lieu convivial autour d'un verre, d'un thé ou d'un café et d'exprimer ses préoccupations en **rencontrant d'autres aidants**. Un thème différent est proposé à chaque rencontre pour faciliter les échanges. Une professionnelle du Relais des aidants anime ces rencontres.

### GUERANDE Magasin « Trésors des régions » – route de Saillé

3<sup>ème</sup> vendredi du mois  
14H30-16H30

16 janvier Comment la maladie change les rôles de chacun  
20 février Quand et comment passer le relais  
20 mars Parlons de notre sommeil



Tarif : de  
10€ à 19.10€

### HALTE REPI

Inscription et renseignements : 02.40.66.94.58

Sur réservation selon les places disponibles

Un lieu d'accueil

Occasionnel et souple pour les personnes majeures malades et/ou en situation de handicap présentant ou non des troubles cognitifs

Activités occupationnelles

Jeux de société, de mémoire, activités artistiques et créatrices, motrices, ...

GUERANDE

1 impasse Anne de Bretagne

Mardi/Vendredi : 13h30-17h30





# Meilleurs vœux

