

LE RÉPIT DES AIDANTS
CYCLE #2

DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2026

Gratuit, sur réservation



vertou.fr

Cycle Aidants

Prendre soin de soi, pour bien prendre soin de l'autre !

Vous apportez une aide régulière à un de vos proches en perte d'autonomie du fait de son âge, de sa maladie ou d'un handicap ? Et si vous preniez un peu de temps pour vous ? À partir de septembre, le service Solidarités de la Ville de Vertou propose une nouvelle série d'ateliers gratuits à destination des aidants.

**Lundi
21 SEPT**

Atelier socio-esthétique

Soins esthétiques, écoute et bienveillance

Animé par Florence HERVOUET, L'Art de Soi, socio-esthéticienne.
De 14h30 à 16h30 - Le Quai 120 - Ouvert à 8 personnes sur inscription.

**Lundi
12 OCT**

Séance d'information

Présentation des solutions de *Répît*

Animée par le CLIC Villes Vill'âges et La Maison des Aidants.
De 14h30 à 16h30 - Salle des Lavandières - sur inscription.

**Jeudi
26 NOV**

Visite et temps d'échanges avec des professionnels

La Halte-Répît de la Maison des Aidant, à Nantes

Animés par la Maison des Aidants.
Transport organisé par le service Solidarités de la ville de Vertou.
De 14h à 17h - Ouvert à 7 personnes sur inscription.

**Mardi
8 DÉC**

Atelier

Initiation à la sophrologie

Animé par Marie-Agnès GALLOIS, sophrologue.
De 14h30 à 16h - Salle de la Vertonne.
Ouvert à 10 personnes sur inscription.

Information et inscription

auprès du Service Solidarités
de la Ville de Vertou au 02 51 71 05 05
ou solidarites@mairie-vertou.fr

