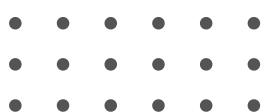
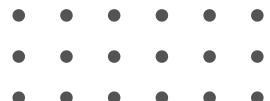


A partir de 60 ans

BIEN VIVRE LA RELATION AIDANT-AIDÉ

Un accompagnement pour le duo aidant-aidé pour retrouver plaisir, confiance et autonomie au quotidien



Le CCAS de Cambo-les-Bains vous propose un parcours innovant animé par deux psychomotriciennes, pour aider les binômes à :

- Mieux comprendre leurs besoins et leurs limites
- Bouger, agir et communiquer plus sereinement
- Renforcer la confiance mutuelle



**GRATUIT - TRANSPORT POSSIBLE
PRISE EN CHARGE DE L'AIDÉ PENDANT
LES ATELIERS COLLECTIFS DES AIDANTS**

Cambo-les-Bains



C'est quoi la psychomotricité ?

Une approche douce du corps et du mouvement, pour mieux vivre ses gestes, ses émotions et ses relations.



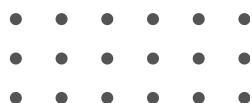
Encadrement

- Lucie Domingorena & Arantxa Oronoz, psychomotriciennes D.E.
- Avec l'appui d'Andréa Rossini, animatrice-ergothérapeute



Le parcours en 3 étapes

- Un bilan initial pour évaluer vos besoins
- 8 séances à domicile pour le binôme aidant-aidé
- 8 ateliers collectifs pour les proches aidants (avec un temps d'animation pour les proches aidés)
- Un bilan final pour mesurer les progrès et les bienfaits



Thématisques

- Marcher à son domicile
- Se lever du fauteuil
- Se lever du lit/du sol
- Marcher à l'extérieur



Ateliers de décembre 2025 à juin 2026

Un projet du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Cambo-les-Bains

📞 Renseignements et inscriptions :
Violaine LARRALDE
Coordinatrice Action Sociale
05 59 93 50 76
ccasdir@mairie-cambolesbains.fr