



Centre local d'information et de coordination

Bretagne romantique

Pays de Dol

Baie du Mont St-Michel

La lettre n°23

Septembre 2025

Vous apportez une aide quotidienne à un proche en perte d'autonomie du fait de son âge, de sa maladie ou de son handicap ? Le CLIC est un lieu pour avoir des informations sur les droits et les aides. Il propose aussi des actions pour les plus de 60 ans.

[En savoir plus](#)

Rétrospective

Ensemble, pédalons



En juin, une quinzaine de participants ont participé aux cycles "vélo". Au-delà du lien créé entre les participants, la session a permis de se remémorer les règles, la sécurité et surtout de gagner en confiance. "C'était génial" "J'ai redémarré le vélo après 10 ans".

Prochainement

Bien vivre chez soi : des actions près de chez vous
Sept 2025- Mai 2026

La distribution du livret est en cours. Au programme de la saison : des rencontres entr'aidants, des conférences généralistes pour maintenir sa forme, des réunions d'information et des ateliers. Parmi les nouveautés : une journée sur le deuil et des ateliers sur la santé et le numérique.

Programme complet ici

Pour recevoir des exemplaires,
envoyer nous votre demande par
mail

accueil@clic-br-db.bzh



Rester en forme toute une aventure



Quelles sont les clés pour rester en forme et profiter pleinement de sa retraite ? Dr Aline CORVOL, médecin gériatre, vous partagera des conseils pratiques. Vous pourrez aussi découvrir des ressources sur le territoire.

Rendez-vous le mardi 23 septembre à 14h à l'espace culturel Le Grand Clos à St-Domineuc

**S'inscrire ici
avant le 16 septembre**

Le deuil, parlons-en ! Mes droits, mes choix !



Une journée pour parler simplement de la mort et du deuil proposée par la Caisse de retraite Carsat Bretagne et le CLIC, en partenariat avec la commune d'Epiniac. Au programme :

- Des interventions :
 - les droits retraite des personnes en situation de veuvage
 - la succession et la transmission du patrimoine
 - le deuil, comment surmonter cette épreuve
- Un spectacle "Temps qu'il en reste"
- De nombreux stands de partenaires associatifs et professionnels permettront de découvrir les dispositifs d'aide sur le territoire et d'échanger.

Programme de la
journée

S'inscrire ici
avant le 1er octobre

L'aide aux aidants

Pour les personnes accompagnant un proche au quotidien

- Rendez-vous à 14h30
- Inscription obligatoire au 02 23 16 45 45
- Jeudi 18 septembre. Roz-sur-Couesnon
- Mardi 18 novembre. Mont-Dol
- Mardi 14 octobre. Saint-Domineuc
- Mardi 25 novembre. Mesnil Roc'h

Flyer
Pays de Dol Baie du
Mont St-Michel

Flyer
Bretagne romantique

France Alzheimer propose dès le vendredi 5 septembre une formation des aidants à Combourg

Détails sur la formation

La santé en balade

- Lundi 15 septembre. 14h
- Cherrueix
- Inscription obligatoire par mail crenel@bretagne.mutualite.fr ou au 06 83 10 69 63

De l'activité physique adapté à sa santé

Proposé dans la continuité de la santé en balade

- Mardi 23 septembre. 14h. **Entrée libre**
- Salle des Alizées. Espace de la grève. Cherrueix
- Information au 06 98 44 64 13

Bien dans son assiette

- Jeudi 18 septembre. 10h. **Entrée libre**
- Salle du conseil (derrière la mairie). La Baussaine
- Information au 02 98 85 79 25

Info, droits et démarches

Le service public départemental de l'autonomie

Inscrite dans la loi Bien vieillir et autonomie du 8 avril 2024, la création du service public départemental de l'autonomie a pour ambition de **simplifier la vie des personnes âgées, des personnes en situation de handicap ou des aidants en facilitant leurs démarches et leurs parcours**. À travers la mise en synergie des acteurs du soutien à l'autonomie de proximité, le SPDA a pour objectif de garantir la qualité de service et l'équité, quels que soient les territoires et les situations individuelles.

Ce service public porte quatre grandes missions :

- La garantie d'un accueil, d'un accès à l'information, d'une orientation et d'une mise en relation avec le bon interlocuteur sans renvoi de guichet ;
- L'évaluation de la situation, l'attribution des prestations dans le respect des délais légaux ;
- Le soutien à des parcours personnalisés, continus, coordonnés ;
- La réalisation d'actions de prévention et d'aller-vers les personnes les plus vulnérables.

Le service public départemental de l'autonomie vise à **favoriser les coopérations entre professionnels et organisations et le décroisement des secteurs social, médico-social et sanitaire et du « droit commun »** (éducation, emploi, logement, transport...) pour apporter une réponse globale et garantir la continuité du parcours de la personne, y compris dans une approche de prévention

En savoir plus



Centre local d'information et de coordination

Vous recherchez une information ? Vous souhaitez avoir un rendez-vous ? Vous voulez vous inscrire à une action ?



accueil@clic-br-db.bzh



02 23 16 45 45



www.clic-br-db.bzh

Le CLIC est un lieu pour avoir des informations sur les droits et les aides. Il s'adresse à toute personne, quel que soit son âge, son handicap, sa maladie ainsi qu'à son entourage. Il propose un accueil personnalisé, de proximité, gratuit et confidentiel. Le CLIC propose aussi des actions pour les retraités, pour les aider à rester à domicile dans les meilleures conditions. Dans certaines situations, il peut organiser des réunions avec les professionnels intervenants.



ASSOCIATION AGECLIC

3 rue de la mairie - 35270 COMBOURG

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}.

Vous avez reçu cet email parce que vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

