

## Les Mémoires vagabondes ont présenté leur calendrier



*Les représentants des Mémoires vagabondes de la mairie et du CCAS.*

L'équipe des Mémoires vagabondes a présenté, lundi, en mairie d'Esquibien, le programme des Lundis du Cap pour le premier semestre 2020. Créé dans le Cap-Sizun voici trois ans, le groupe s'est rapidement étoffé jusqu'à accueillir environ 35 personnes deux lundis par mois.

Ces rencontres s'adressent en premier lieu aux personnes souffrant de difficultés de mémorisation liées ou non à une maladie diagnostiquée, ainsi qu'à leurs proches. Elles offrent un temps de convivialité, d'échanges, une respiration pour mieux lutter sans se sentir seul face aux problèmes du quotidien. Plusieurs personnes y participent également afin de rompre leur solitude.

Chaque rencontre débute par un temps d'échanges : informations pratiques, culturelles, séance récréative ou, pour les aidants, discussions dans un groupe de parole. À chaque séance, une psychologue de la plate-forme de répit est à la disposition des participants pour écouter et accompagner ceux qui le désirent. Les échanges entre participants et bénévoles se poursuivent pendant le goûter, moment important et toujours très apprécié.

### Les rencontres du semestre

- Le 27 janvier, activités récréatives et groupe de parole pour les aidants ;
- le 10 février, intervention de Soliha, à propos des aménagements du logement pour le maintien à domicile ;
- le 24 février, « Petites histoires d'Esquibien » par René Kermel ;
- le 9 mars, démographie et projets de santé du territoire par Pascal Quéré et Valérie Brugnon ;
- le 23 mars, conseils sur l'hygiène dentaire par Philippe Laurent ; le 6 avril, les oiseaux marins par Yvon Lorgouilloux de Bretagne vivante ;
- le 27 avril, activités récréatives et groupe de parole pour les aidants ;
- le 11 mai, « Vues du bord de terre » par Bernard Moulin, photos prises d'un kayak de mer ;
- le 25 mai, les vieux bateaux d'Audierne par Alain Gourret ; le 15 juin, mise en place d'une tutelle ou d'une curatelle par Patrice Goyat ;
- le 22 juin, pique-nique commun des équipes de Douarnenez et du Cap-Sizun, à la salle polyvalente d'Esquibien.
- Des sorties communes seront aussi proposées aux équipes de Douarnenez et du Cap-Sizun les 6 et 20 juillet et les 10 et 24 août.

Pratique : Les rencontres du Cap-Sizun se déroulent de 14 h 30 à 17 h, dans la salle polyvalente d'Esquibien. Possibilité de transport par le minibus de la ville d'Audierne. Contact : Nadine Lecoursonnais : tél. 06 64 40 07 59.

Le Télégramme - Plus d'information sur <https://www.letelegramme.fr/finistere/capsizun/les-memoires-vagabondes-ont-presente-leur-calendrier-15-01-2020-12478764.php>