



2025-2026

ANTENNE PAYS DE RETZ
06 86 62 46 57



Entrée Libre & Gratuite

CAFE MEMOIRE

Café du CHATEAU
Plage du Château, Pornic
15H00-17H00

LE 1^{ER}
JEUDI
DU MOIS

DATES	THEMES
Jeudi 4 septembre	Aides et droits pour les aidants familiaux Clic de Pornic
Jeudi 2 octobre	Rompre l'isolement, rencontrons-nous Psychologue
Jeudi 6 novembre	Gestion du stress par la sophrologie Sylvie Hervoche, sophrologie
Jeudi 4 décembre	Comprendre les maladies neuro-évolutives Aurélie Gorgeard, psychologue au centre mémoire de Saint Nazaire
Jeudi 5 février	Alimentation, parlons-en ! Véronique Ganacheau, diététicienne
Jeudi 5 mars	Gestion du stress par la rigologie Irène Phelippeau, rigologue de la plateforme Retz Pit
Jeudi 2 avril	S'exprimer grâce à l'art et retrouver des émotions Soasig Guyot, art thérapeute
Jeudi 7 mai	Les troubles cognitifs, les comprendre et vivre avec Aurélie Gorgeard, psychologue au centre mémoire de Saint Nazaire
Jeudi 4 juin	Découvrir la musicothérapie Manon Claude, musicothérapeute