



VISIOCONFÉRENCE *



Les Amours après 60 ans

* accessible aussi par téléphone

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur ...

LA VIE AFFECTIVE, AMOUREUSE ET SEXUELLE

... sans jamais avoir osé le demander !

Visioconférence
le 22 mars 2021
de 14h à 16h



suivie de 4 rencontres en présentiel
de mai à juin 2021

avec application des **mesures de protection
sanitaire**



La conférence abordera les points suivants :

- Les idées reçues
- La santé sexuelle
- L'influence de l'avancée en âge, les dysfonctionnements
- La dynamique de couple et la dynamique de célibat
- L'importance de la vie affective et de la vie sociale
- Les ressources

Animée par Dr Aude Théaudin, directrice du centre de prévention
« Bien Vieillir » AGIRC-ARRCO Bretagne



Et ensuite...

4 rencontres pour échanger et trouver des réponses ensemble :

**Les ateliers seront
animés par :**

Hervé STRILKA
chargé de projets
IREPS Bretagne

« Aimer, amour, amours »

31 mai 2021 / 14h - 16h

Aimer avec désir, avec tendresse, avec harmonie, avec dévouement. Aimer une femme, un homme, les deux, plusieurs personnes en même temps ; l'amour prend des formes variées et parfois inattendues. Nous échangerons autour de ces formes d'amour, au-delà des normes établies.

« Mon premier c'est Désir, mon deuxième du Plaisir »

07 juin 2021 / 14h - 16h

Que sont le désir et le plaisir ? L'avancée en âge a-t-elle un impact ? Se connaît-on vraiment bien ? Et notre partenaire ? Quels sont les ressorts pour réanimer le désir, pour ressentir du plaisir et le partager avec l'autre ?

« Trouver son autonomie dans la vie à deux »

14 juin 2021 / 14h - 16h

Après la vie professionnelle, du temps se libère pour pouvoir réaliser nos envies. Nous allons passer plus de temps avec notre conjoint, et peut-être nos petits-enfants. Parvenons-nous alors à trouver du temps pour nous ? Nous échangerons sur les besoins fondamentaux communs à chacun, et découvrirons les bases d'une communication bienveillante pour vivre une autonomie bienfaisante.

« Une nouvelle vie sentimentale, c'est possible ? »

21 juin 2021 / 14h - 16h

A cette nouvelle étape de notre vie, nous pouvons avoir envie de vivre une nouvelle relation sentimentale, ou de ranimer la vie amoureuse avec notre partenaire. Est-on vraiment au clair de ce que nous attendons de cette relation ? Avons-nous repéré ce qui, en nous, peut freiner la rencontre ? Sommes-nous prêts à Oser aller vers l'autre, et en même temps vers Soi ?

Lieu :

IREPS Bretagne
antenne des Côtes d'Armor
2 rue Alexander Fleming
impasse des Villes Hervé
Résidence Le Forban
22190 Plérin



A l'issue de la visioconférence, vous pourrez vous inscrire à un ou plusieurs ateliers de votre choix. Les rencontres seront limitées à 7 participant.e.s dans le respect des mesures de protection sanitaire.



Les Amours après 60 ans

Se connecter à la visioconférence

- > Se rendre sur le site internet : <https://zoom.us/join>
- > Cliquer : « se joindre à une réunion » ; entrer le code ID de réunion suivant : 828 9164 9481 ; cliquer sur « rejoindre » ; mot de passe : 652245
- > Cliquer sur « rejoindre avec la vidéo », puis sur « rejoindre l'audio par ordinateur »

ACCES PAR TELEPHONE : 08699 5831, ou 07037 2246, ou 07037 9729; ID de réunion : 828 9164 9481; mot de passe : 652245

S'inscrire aux ateliers

Hervé STRILKA - herve.strilka@irepsbretagne.fr

Se rendre aux ateliers

(séances en présentiel)

IREPS Bretagne - antenne des Côtes d'Armor
2 rue Alexander Fleming - impasse des Villes Hervé
Résidence Le Forban - 22190 Plérin

> Bus ligne C - arrêt Forban

Avec le soutien de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des Côtes d'Armor

