



Crédin



45 Place Abbé Royer

56580 CRÉDIN

☎ 02.97.38.97.33

✉ mairie@credin.bzh

Site : www.credin.bzh

17 Octobre 2025



MAIRIE

*Horaires
Ouverture*

9h - 12h30

et 13h45 - 16h

Du lundi 13h45

au samedi 12h30

TAXI Jean-Yves LE NET

02.97.38.61.01

06.80.88.41.64



ASSISTANCE

TAXI

Aymeric

LE MOING



02.97.38.91.77



PRESSE LOCALE



OUEST FRANCE

Annick LEMERCIER 06.88.79.13.04

LE TÉLÉGRAMME

Patricia MOISAN 06.62.48.51.84

LA GAZETTE

Perrine MULIER 06.45.11.10.03

Centre Culturel

☎ 02.97.38.96.66

centreculturel@credin.bzh

Mardi 9h à 12h

13h30 à 19h

Mercredi

et Samedi

9h à 12h

LE **POINT**
VIROULE

Réseau des Médiathèques



FERMÉE

LES LUNDIS

20 et 27 octobre

prochains

LES BLEUETS DE CRÉDIN

Dimanche 19 octobre 2025

Équipe A

Championnat de D3

Journée 4

Déplacement

Remungol (2) Vs Crédin (1)

Au stade municipal de

Remungol

Coup d'envoi **13 h 30**

Nous vous informons que le REPAS, pour les personnes âgées de 72 ans et plus, offert par le CCAS de la commune de CRÉDIN, aura lieu le :

Samedi 8 Novembre à 12h30 à la Sal Kerzhin

Les invitations ont été adressées à chaque personne concernée, cependant un oubli est toujours possible. Aussi n'hésitez pas à contacter le secrétariat de la Mairie

☎ 02.97.38.97.33

REPAS
DES AÎNÉS

SUR
INSCRIPTION



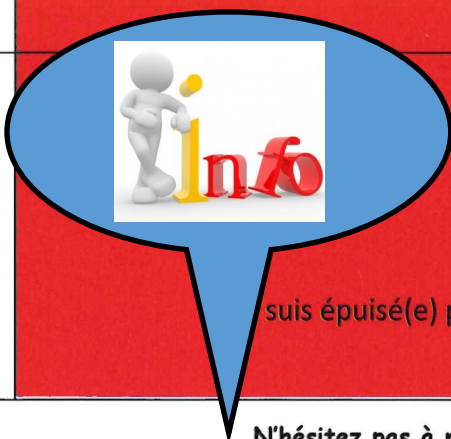
Je suis aidant(e), quels sont les impacts sur mon quotidien ?

L'aidantomètre

Soyez vigilant(e), protégez-vous et demandez de l'aide !

Vous aidez un proche (conjoint, parent, enfant...), faites un auto-diagnostic de votre situation.

AVOIR ENCORE DU TEMPS POUR MOI ! Aider l'autre n'est pas vraiment une contrainte puisque...	Je peux m'absenter (quelques jours, quelques heures...) Je peux voir mes amis et ma famille Je sais que l'autre peut être autonome par moments Je peux faire des activités en dehors de chez moi Je peux partager des activités avec la personne aidée	1 2 3 4 5
ÊTRE VIGILANT ! Il y a des risques pour ma santé physique et morale quand... Renseignez-vous sur les dispositifs de répit existants !	J'aide l'autre mais cela devint une réelle contrainte pour moi J'hésite à faire des activités en dehors de chez moi Je m'inquiète lorsque je ne suis pas là Je sais que quitter la maison présente un risque Je me sens coupable quand je ne suis pas auprès de la personne aidée J'hésite à inviter des gens chez moi Je dois adapter mon emploi du temps (travail, loisirs...) Je me sens fatigué(e) et angoissé(e) Je me sens débordé(e)	6 7 8 9 10 11 12 13 14
ME PROTÉGER ET DEMANDER DE L'AIDE ! Je me mets en danger quand...	Je ne peux plus prendre soin de moi Je n'ose plus laisser l'autre seul(e) J'ai absolument besoin d'aide Je n'ai plus de vie sociale suis épuisé(e) psychologiquement et physiquement Je n'arrive plus à faire face	15 16 17 18 19 20



N'hésitez pas à nous contacter.

La Plateforme de Répit est là pour vous accompagner, vous soutenir, vous informer.