

**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants[®]

La Mirambelle

**Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.**

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.

Organisé par :
EHPAD
La Mirambelle



Avec le soutien de :





Café des
aidants®

La Mirambelle

Nous vous donnons rendez-vous, un
vendredi par mois, de 14h à 15h30,
autour d'un thème.

UNIQUEMENT pour les aidants.
Accès libre et gratuit.

PROGRAMME 2019

Vendredi 11 janvier 2019

Aider un proche au quotidien

Vendredi 8 février 2019

Les relations avec les professionnels : trouver sa place

Vendredi 8 mars 2019

Etre aidant et garder ses relations avec l'entourage

Vendredi 12 avril 2019

Aider sans s'épuiser

Vendredi 10 mai 2019

Comment conserver un lien de qualité avec son proche

Vendredi 14 juin 2019

Trouver du temps pour moi, me détendre

Vendredi 13 septembre 2019

Les dispositifs de soutien aux proches aidants

Vendredi 11 octobre 2019

Etre aidant et après

Vendredi 8 novembre 2019

L'importance de se maintenir en santé

Vendredi 13 décembre 2019

Les richesses de la relation d'aide



À cette adresse :

Médiathèque - salle Estuaire -

9 Avenue de la République, 17 150 Mirambeau



Contact :

05 46 70 72 85 (jours ouvrables
de préférence l'AM) ou
mirambelle-alp@orange.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

