

Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou de dépendance ?



Café des aidants de la Côte d'Emeraude

**Autour d'un café, venez échanger de 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 :



Avec le soutien de :



Temps d'échange
un après-midi par mois,
de 15h00 à 16h30,
sur une thématique.

PROGRAMME 2ème semestre 2021

Mardi 21 Septembre

« Trajectoires d'aidants »

Echanges et partages sur le quotidien de l'aidant

Mardi 19 Octobre

« Comment maintenir le lien social en tant que proche aidant ? »

Mardi 23 Novembre

« Emotions et réactions... Comment les gérer ? »

Mardi 21 Décembre

« Être aidant et prendre soin de soi »

Séance de sophrologie



Inscriptions obligatoires

 **Lieu** : Complexe sportif
Salle Convivialité
Rue de la Vallée Verte
35350 SAINT MELOIR DES ONDES

 **Contact** :
CLIC Côte d'Emeraude
Tél : 02 99 16 88 76
Mail : coordination@clic-cote-emeraude.fr

Le Café des aidants
est soutenu par
nos partenaires :

