

PROCHAINES RENCONTRES

Samedi 7 janvier 2023

Samedi 4 février 2023

Samedi 4 mars 2023

Samedi 8 avril 2023

Samedi 6 mai 2023

Samedi 10 juin 2023

De 10h00 à 11h30

Si vous souhaitez connaître
les thèmes ou proposer vos idées
n'hésitez pas à nous contacter



Nous vous donnons
rendez-vous un samedi par
mois pour aborder
un thème décidé ensemble

A cette adresse :

Médiathèque Robert Chapuis
6, rue Henry Dunant
07400 Le Teil



Contact :

06/37/29/94/40

Le café des aidants est soutenu par nos partenaires :



Vous accompagnez un proche
en situation de handicap, avec
des troubles liés au spectre de
l'autisme ou dépendant du fait
de l'âge



Café des aidants[®]

Le Teil

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.





8,3 millions d'entre nous accompagnent un proche en situation de maladie ou de handicap, quel que soit son âge.

On les appelle les aidants. Mais on les ignore bien trop souvent.

Vous accompagnez un parent âgé, un proche malade, en situation de handicap, touché par des troubles du spectre de l'autisme ?

Le Café des aidants du Teil vous propose de venir partager votre expérience avec d'autres personnes qui, comme vous, apportent une aide régulière à un membre de leur entourage.

Être aidant n'est pas toujours facile à gérer au quotidien et se retrouver, rencontrer d'autres personnes dans la même situation, recevoir des conseils de professionnels ou tout simplement sortir un peu du quotidien en allant boire un café peut être une belle occasion de se ressourcer.

Qu'est-ce qu'un café des aidants ?

Le Café des Aidants est un lieu, un temps et un espace d'information, de rencontres et d'échanges. Il est en libre accès et ouvert à tous les proches aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de la personne accompagnée. Ces rencontres ont lieu *mensuellement*.

Il est co-animé par un travailleur social et un psychologue qui vous proposent une thématique, pour amorcer des échanges autour de votre vécu d'aidant.

Le café des aidants, c'est l'occasion d'échanger sur la relation d'aide en général et sur ce qui se joue au quotidien avec un proche en difficulté de vie.



Nous vous donnons rendez-vous un samedi par mois de 10h00 à 11h30 sans inscription préalable

Pourquoi aller au café des aidants ?

Prendre du temps pour soi et partager un moment convivial...

Se sentir moins seul et échanger avec des personnes qui vivent des situations similaires au quotidien.

Recueillir des informations sur les dispositifs existants.

Prendre conscience de la nature de son engagement auprès de son proche ;

Repenser des projets pour soi mais aussi avec son proche.

Venir sans engagement, sans inscription, gratuitement et que ponctuellement si on le souhaite.

« Ça m'aide à prendre conscience du fait que j'ai besoin de temps pour moi. »

« Oser dire sa colère, sa tristesse, sans jugement »



Proposé partout en France, le label Café des Aidants est initié par l'Association Française des Aidants qui milite pour la reconnaissance du rôle et de la place des proches aidants

<https://www.aidants.fr/>