

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



Café des aidants®

de la Flandre Maritime

**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 :



Avec le soutien de :





**Café des
aidants®**

Flandre Maritime

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

PROGRAMME 2026

**Mardi 13 janvier 2026 – CHANGEMENT DE LIEU : Maison de Santé du Kruysbellaert – 3515
avenue de Petite-Synthe 59640 Dunkerque**

Comment définir la relation d'aide ?

Mardi 10 février 2026 - BIB Dunkerque

Comment définir l'aide que nous apportons à nos proches ?

Mardi 10 mars 2026 - Maison de l'enfance Loon-Plage

Ma vie a changé depuis que je suis aidant

**Mardi 14 avril 2026 - CHANGEMENT DE LIEU : Maison de Santé du Kruysbellaert – 3515
avenue de Petite-Synthe 59640 Dunkerque**

Je développe des compétences grâce à mon rôle d'aidant

Mardi 12 mai 2026 - BIB Dunkerque

Où trouver des solutions de répit ? Passer le relai ? Quand ? Comment ?

Mardi 09 juin 2026 - Maison de l'enfance Loon-Plage

Et ma propre santé dans tout ça ?

**Mardi 7 juillet 2026 - CHANGEMENT DE LIEU : Maison de Santé du Kruysbellaert – 3515
avenue de Petite-Synthe 59640 Dunkerque**

Être aidant et en bonne santé ? Quelles limites dans la relation d'aide ?

Mardi 11 août 2026 - BIB Dunkerque

Aider sans s'épuiser

Mardi 15 septembre 2026 - Maison de l'enfance Loon-Plage

Et si je me prenais une pause ?

**Mardi 13 octobre 2026 - CHANGEMENT DE LIEU : Maison de Santé du Kruysbellaert – 3515
avenue de Petite-Synthe 59640 Dunkerque**

Qu'est-ce qui a changé dans ma vie depuis que je suis aidant ?

Mardi 10 novembre 2026 – Lieu à convenir

Aidant, mais pas que !

Mardi 08 décembre 2026 – Lieu à convenir

Bilan de l'année



Contact :

03 28 61 78 83

contact@papillonsblancs-dunkerque.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

