

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

**Mirambeau**

**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 :





Nous vous donnons rendez-vous, un vendredi par mois, autour d'un thème de 14h30 à 16h.  
Accès gratuit.  
Veuillez prévenir de votre présence.

## PROGRAMME 2023-2024

### Vendredi 8 Septembre 2023

Bienvenu au Café des Aidants Mirambeau ! Que signifie être aidant ?

### Vendredi 13 octobre 2023

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre.

### Vendredi 10 novembre 2023

Moi aussi j'aimerais qu'on me demande comment ça va ?

### Vendredi 8 décembre 2023

Être aidant et garder ses relations familiales et amicales ?

### Vendredi 12 janvier 2024

Thème à définir ensemble ?

### Vendredi 9 février 2024

Le labyrinthe des aides : par où commencer ?

### Vendredi 8 mars 2024

La relation à l'épreuve de la maladie

### Vendredi 12 avril 2024

Les relations avec les professionnels : trouver sa place, trouver un équilibre

### Vendredi 3 mai 2024

La place des émotions dans la relation parlons-en ?

### Vendredi 14 juin 2024

Quelles astuces pour rester en bonne santé ?



À cette adresse :

Médiathèque – Centre culturel -salle des Mouettes -  
9 Avenue de la République, 17 150 Mirambeau



Contact :

05 46 70 72 85

[psychologue.mirambelle@alprado.fr](mailto:psychologue.mirambelle@alprado.fr)

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

