

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



Café des aidants[®]

Vitré

**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 :





Nous vous donnons rendez-vous, le 1^{er} vendredi du mois, de 14h30 à 16h, autour d'un thème.

PROGRAMME

Deuxième semestre 2023

Vendredi 1er septembre 2023

Se retrouver pour un temps convivial à la base de Loisirs, d'Availles sur Seiche, à partir de 14 :30

Rencontre sur inscription

Vendredi 6 octobre 2023

Du sentiment de culpabilité au Burn out : où j'en suis ?

Vendredi 3 novembre 2023

Comment je préserve mon sommeil ?

Vendredi 1er décembre 2023

Mes proches ne mesurent pas...



À cette adresse : **Bulle Café**
2 rue Clairefontaine
35500 Vitré



Contact :
02 99 74 33 01
stephanie.dreanmalecot@ccasvitre.fr

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :

