

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**Oléron**

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®

Oléron

Nous vous donnons rendez-vous  
un jeudi par mois de 14h à 15h30.

L'accès est gratuit.

Veuillez prévenir de votre présence.

## PROGRAMME 2025-2026

**Jeudi 02 octobre 2025**

Qu'est-ce qu'être aidant ?

**Jeudi 13 novembre 2025**

Passer le relais ? Quand ? Comment ?

**Jeudi 11 décembre 2025**

Partageons nos envies, nos besoins, nos ressources ....

**Jeudi 08 janvier 2026**

Trouver du temps pour soi, partir en vacances !

**Jeudi 12 février 2026**

Ce que la relation d'aide m'a appris sur moi-même ?

**Jeudi 12 mars 2026**

Comment ne pas se perdre dans les démarches administratives ?

**Jeudi 9 avril 2026**

Se faire plaisir avec de bons petits plats...

**Jeudi 07 mai 2026**

La communication à l'épreuve de la maladie, du handicap et du temps.

**Jeudi 11 juin 2026**

Trouver sa place en tant qu'aidant ?

**Jeudi 2 juillet 2026**

Une année passée ensemble au Café des Aidants, ça se fête ?



À cette adresse :

**LUDOCAFÉ**

23 rue des écoles 17550 DOLUS



Contact :

**EHPAD l'Océane**

**05 46 75 88 88**

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

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

