

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



Café des aidants[®]

GUINGAMP

**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®

GUINGAMP

Nous vous donnons rendez-vous, un lundi par mois autour d'un thème.

PROGRAMME

De 15h à 16h30

Lundi 9 novembre 2020

Accompagner mon proche...oui mais à quelles conditions ?

Lundi 14 décembre 2020

Etre aidant et garder ses relations avec son entourage.

Lundi 11 janvier 2021

Continuer à vivre sa vie quand on est aidant.

Lundi 8 février 2021

Quelles astuces pour rester en bonne santé ?

Lundi 8 mars 2021

Trouver du temps pour moi, me détendre.

Inscription obligatoire pour la sécurité de tous au 02 96 44 16 03.



À cette adresse :

Guingamp Habitat - 38 rue des Salles -
22200 GUINGAMP



Contact :

02 96 44 16 03

cafedesaidantsguingamp@orange.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :



FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
RURAL

