

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



Café des aidants[®]

Estissac

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®**

Estissac

Nous vous donnons rendez-vous, un
Lundi par mois, de **14h30 à 16h**.
Accès gratuit et libre !

PROGRAMME 2022-2023

Lundi 14 Novembre 2022

Aider un proche au quotidien : qu'est-ce qu'être aidant ?

Lundi 12 Décembre 2022

Comment agir avec son proche ?

Lundi 9 Janvier 2023

Assistante sociale : les clefs de l'aide

Lundi 13 Février 2023

Initiation à la sophrologie

Lundi 13 Mars 2023

Démarches administratives

Lundi 17 Avril 2023

Quizz : Les aidants.

Lundi 15 Mai 2023

Thème à définir

De Juin 2023 à Aout 2023

Sorties culturelles



À cette adresse :

Salle des associations - Estissac



Contact :

Claudia Dos Santos

06 45 77 00 76

cdossantos@fede10.admr.org

Le *Café des aidants* est soutenu
par nos partenaires :

