

## Des services gratuits pour vous :

Pour vous permettre de participer à ces temps d'échange, nous vous proposons de mettre en place **un transport gratuit** en fonction de votre localité et **3 heures de garde relais gratuites** pour votre proche aidé à domicile.

N'hésitez pas à prendre contact avec l'équipe professionnelle (psychologue et animatrice sociale)

## Rendez-vous mensuel :

le mardi de 14h30 à 16h30 selon calendrier 2026

Salle de la Coop' CCAS  
2 place Jules Ferry  
88150 THAON LES VOSGES

**Les cafés des aidants® sont libres d'accès, sans inscription préalable et ouverts à tous**

avec le soutien financier de



en partenariat avec



# CAFÉ DES AIDANTS® CENTRE VOSGES



Salle de la Coop'CCAS  
2 place Jules Ferry  
à Thoaon-les-Vosges

les 3èmes mardis du  
mois selon calendrier  
2026  
de 14h30 à 16h30



Transport  
accompagné



Garde-relais

Espace d'information, de rencontre et  
d'échange pour les proches aidants

03 29 81 22 36 - 06 42 12 87 89

[cafedesaidants@fede88.admr.org](mailto:cafedesaidants@fede88.admr.org)

## Qu'est-ce qu'un Café des Aidants® ?

Les Cafés des Aidants® sont **des lieux, des temps et des espaces d'information**, de **rencontres et d'échanges**, animés par un travailleur social et un psychologue. Ils sont **ouverts à tous les proches aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de la personne accompagnée**.

**Être aidant** n'est pas toujours facile à gérer au quotidien, **se retrouver**, rencontrer d'autres personnes dans la même situation, recevoir des conseils de professionnels ou tout simplement **sortir un peu du quotidien** en allant boire un café peut être une belle occasion de se ressourcer.

Vous apportez une aide régulière à l'un de vos proches en situation de maladie ou de handicap quel que soit son âge

**Venez partager vos interrogations et réflexions autour d'un café à la Salle de la Coop'CCAS de Thaon les Vosges.**

## Calendrier des rencontres et thématiques 2026

**20 janvier** : L'annonce de la maladie - la relation avec les professionnels de santé

**17 février** : Comprendre la personne aidée

**17 mars** : Gérer les situations difficiles

**21 avril** : Organisation et quotidien

**19 mai** : Mieux être de l'aidant

**16 juin** : Aspects administratifs et juridiques

**21 juillet** : Temps convivial

**18 août** : Communication et relation

**15 septembre** : Préparer l'avenir

**20 octobre** : Bien être de l'aidant

**17 novembre** : Nutrition et sommeil

**15 décembre** : Thématique libre et temps convivial

