

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



Café des aidants®

IFFENDIC

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®

IFFENDIC

Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de 14h30 à 16h00, autour d'un thème.

PROGRAMME 2026

Jeudi 22 Janvier

Aider seul ou à plusieurs

Jeudi 26 Février

Comment m'y prendre pour que mon proche accepte une aide extérieure ?

Jeudi 12 Mars

Mes besoins, mes attentes, mes limites !

Jeudi 21 Mai

Mon épuisement, comment le dire ?

Jeudi 11 Juin

Le regard des autres, et si je m'en libérais ?



À cette adresse :

Espace Sport'iff, 30 rue du Commerce
35750 Iffendic

Contact :



02.90.02.36.37

accompagnaidants@ciias-ouest-rennes.fr

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

