

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



Café des aidants[®]

De la Communauté 360 Creuse

**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 :



Sandrine et Olivia vous donnent rendez-vous, 1h30 par mois, à travers le département autour d'un thème et d'un café, rien que pour vous... et c'est Gratuit !

PROGRAMME 2025

Jeudi 20 février - 9h30-11h à Jarnages ALZIRE

Être aidant, c'est quoi ?

Mercredi 19 mars – 9h30 -11h à Felletin PANG LA GARE

La relation avec les professionnels, trouver sa place, trouver un équilibre

Vendredi 18 avril 14-15h30 à La Souterraine DT ALEFPA

Être aidant et en bonne santé

Mardi 13 mai 17h30-19h à l'Espace Beaune à Gouzon

Une histoire d'aide, une histoire de famille...

Mercredi 11 juin 14-15h30 à La Malette à Sardent

Emotions et réactions, comment les gérer ?

Vendredi 11 juillet 9h30 – 11 h au Quai des services à Boussac

Concilier vie d'aidant et vie professionnelle

Samedi 06 septembre 9h30 – 11h à La quincaillerie numérique à Guéret

Les richesses d'être aidant

Mercredi 08 octobre 9h30 – 11h au Chai à Bonnat

Être aidant et trouver des relais, des ressources

Mardi 18 novembre 17h30 – 19h à Auzances – CAVL AGIR

Culpabilité, quand tu nous tiens...

Samedi 13 décembre 9h30-11h à Lavaveix les Mines

Continuer à vivre sa vie quand on est aidant



À cette adresse :
Itinérant à travers la Creuse



Contact :

0 800 360 360
C360-creuse@alefpa.fr