

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



Café des aidants[®]

SAINT CYR AU MONT-D'OR

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.



Profitez de l'offre de notre partenaire **MAXI AIDE** pour
une prise en charge de votre proche, quel que soit son âge.

Organisé par :



Avec le soutien de :





Café des
aidants®

ST CYR MT-D'OR

Un Jeudi par mois
De 10h30 à 12h



Masque Obligatoire

ACCES LIBRE

PROGRAMME 2022



Jeudi 13 janvier

Une histoire d'aide, une histoire à partager

Jeudi 10 février

Je m'adapte à l'évolution de l'état de mon proche

Jeudi 10 mars

M'engager différemment dans l'accompagnement de mon proche

Jeudi 14 avril

Aider sans s'épuiser en acceptant d'être aidé

Jeudi 12 mai

Les limites du maintien à domicile, quelles alternatives ?

Jeudi 09 juin

Prendre soin de soi quand on est aidant, oui mais comment ?

Jeudi 07 juillet

Aider un proche au quotidien...entre amour et devoir

Jeudi 08 septembre

Être aidant et continuer sa vie...De ma vie d'avant à ma vie d'aujourd'hui

Jeudi 13 octobre

S'y retrouver dans le labyrinthe des dispositifs

Jeudi 17 novembre

Emotions et réactions...Comment gérer ?

Jeudi 08 décembre

Les fêtes approchent, ma famille, mes amis...un soutien pour moi ?



À cette adresse :

MECS Les Angélières
34 Route de Saint-Romain
69450 Saint Cvr au Mont-d'Or



Contact :

06 13 14 58 43

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

