

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



## *Café des aidants®*

Lyon 5ème

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 :





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

### PROGRAMME

**Jeudi 22 janvier 2026**

Les limites de l'aidant.

**Jeudi 26 février 2026**

Ce que la maladie a changé entre nous.

**Jeudi 19 mars 2026**

Etre son aidant oui, mais rester son proche avant tout.

**Jeudi 23 avril 2026**

Quel répit possible ?

**Jeudi 21 mai 2026**

Soutien, incompréhension, conflit : l'aidant, l'aidé et le reste de la famille...

**Jeudi 18 juin 2026**

Aider dans la durée

**Jeudi 24 septembre 2026**

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

**Jeudi 15 octobre 2026**

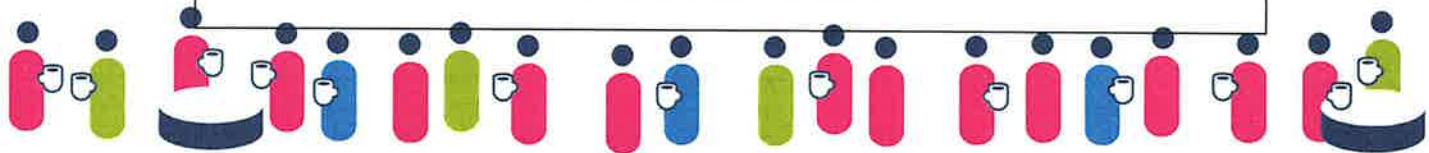
Entre ce que je peux et ce que mon proche veut, comment trouver un équilibre ?

**Jeudi 19 novembre 2026**

Ce qu'aider veut dire.

**Jeudi 17 décembre 2026**

Qui peut m'aider à l'aider ?



À cette adresse :

Maxi Aide Grand Lyon  
70 rue de Trion 69005 Lyon

Contact :

04 72 53 90 56

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