

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

Longeville Lès Saint Avold

Itinérant

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.



Nous vous donnons rendez-vous,  
une fois tous les deux mois, autour  
d'un thème.

## PROGRAMME 2024

**Vendredi 5 janvier à 10h**

Qu'est-ce qu'être aidant ?

**Vendredi 8 mars à 10h**

Quand la maladie ou le handicap s'immisce dans la relation

**Vendredi 3 mai à 10h**

Comment gérer quand on se sent coupable ?

**Vendredi 6 septembre à 10h**

L'accompagnement en EHPAD

**Vendredi 15 novembre à 10h**

Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres



À cette adresse :

Maison des Aidants– 2 Avenue Emile Huchet  
57800 FREYMING MERLEBACH



Contact :

06 07 08 83 43  
Ou 07 86 21 39 62

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

