

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**Oléron**

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®

Oléron

Nous vous donnons rendez-vous  
le premier jeudi du mois de  
14h à 15h30. L'accès est gratuit.  
Veuillez prévenir de votre présence.

## PROGRAMME 2020-2021

### Jeudi 7 octobre 2021

*Comment éviter l'isolement social ?*

### Jeudi 4 novembre 2021

*Comment parler de son quotidien d'aidant à son entourage ?*

### Jeudi 2 décembre 2021

*Se faire plaisir autour de bons petits plats.*

### Jeudi 6 janvier 2022

*Quelles activités de loisir et de bien-être près de chez vous ?*

### Jeudi 3 février 2022

*On ne s'y retrouve plus dans les démarches administratives, quelles aides possibles ?*

### Jeudi 3 mars 2022

*Emotions et réactions... Comment gérer ?*

### Jeudi 7 avril 2022

*Les relations avec les professionnels, comment s'organiser ?*

### Jeudi 5 mai 2022

*Comment appréhender les questions de son proche ?*

### Jeudi 2 juin 2022

*Être aidant et en bonne santé.*

### Jeudi 2 juillet 2022

*Décider pour son proche, en respectant sa liberté.*



À cette adresse :

**LUDOCAFÉ**

23 rue des écoles 17550 DOLUS



Contact :

**05 46 75 88 88**

[oceane.psychologue@alprado.fr](mailto:oceane.psychologue@alprado.fr)

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

