

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



Café des aidants[®]

Saint-Zacharie

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,
un samedi par mois de 10h à 11h30
autour d'un thème.

Programme du 1er semestre 2026

Samedi 10 janvier

Être aidant et en bonne santé

Samedi 7 février

Les limites du maintien à domicile

Samedi 14 mars

Qu'est-ce qui a changé dans ma relation à mon proche, depuis que je suis son aidant ?

Samedi 25 avril

Que faire de mon sentiment de culpabilité ?

Samedi 30 mai

Et si c'était moi, qui avait besoin d'aide ?

Samedi 27 juin

Prendre des décisions pour le proche que j'accompagne



À cette adresse :

Mairie de Saint-Zacharie, 1 cours Louis Blanc



Contact :

06 82 20 09 28

psychezsoi83@gmail.com