

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

**CCAS de Coublevie**

**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 :





**Café des  
aidants®**

CCAS de Coublevie

Nous vous donnons rendez-vous, un lundi par mois, de 14h à 15h30, autour d'un thème.

## PROGRAMME année

**Lundi 16 janvier 2023**

Suis-je un aidant ?

**Lundi 27 février 2023**

Comment comprendre les comportements de mon proche ?  
Comment mieux communiquer ?

**Lundi 13 mars 2023**

Je suis épuisé(e), parlons-en

**Vendredi 28 avril 2023**

La richesse de la relation d'aide (il y a du positif aussi)

**Vendredi 26 mai 2023**

Confier mon proche et avoir confiance

**Lundi 19 juin 2023**

Et si je prenais une pause ?



**À cette adresse :**

CCAS de Coublevie- Mairie de Coublevie  
11 chemin d'orgeoise  
38500 Coublevie



**Contact :**

Vanessa Clément  
[v.clement@coublevie.fr](mailto:v.clement@coublevie.fr)  
04 76 67 94 25

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

