

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**ALBERT**

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'échanges et d'information en libre d'accès.

Organisé par :



Avec le soutien de :





Café des  
aidants®

ALBERT

Nous vous donnons rendez-vous, un vendredi par mois, de 14H00 à 16H00, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2021

**Vendredi 8 Janvier 2021**

Je suis aidant mais qu'est-ce que cela veut dire ?

**Vendredi 5 Février 2021**

Ce qui a changé dans ma vie depuis que je suis aidant

**Vendredi 5 Mars 2021**

Mon entourage ne comprend pas mon engagement, comment lui expliquer ?

**Vendredi 2 Avril 2021**

Avec moi, son comportement est différent. Pourquoi ?

**Vendredi 7 Mai 2021**

Quelles aides pour les aidants ?

**Vendredi 4 Juin 2021**

Trouver du temps pour moi, est-ce possible ?

**Vendredi 3 Septembre 2021**

Du lit au fauteuil, de la chambre à la salle de bain, des gestes sécurisants pour chacun (intervention d'un ergothérapeute)

**Vendredi 1 Octobre 2021**

Passer le relai à des professionnels : quand ? comment ?

**Vendredi 5 Novembre 2021**

Concilier vie d'aidant et vie professionnelle

**Vendredi 3 Décembre 2021**

Retour sur une année d'échange au Café des Aidants, perspectives pour 2022



À cette adresse :  
Café L'ARLEQUIN

29, rue Jeanne d'Harcourt  
80300 ALBERT



Contact :

03 22 84 48 61

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

