

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



Café des aidants[®]

JONZAC

**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 : **PFR Sud 17**



Avec le soutien de :



PROGRAMME 1^{er} semestre 2025



Nous vous donnons rendez-vous le mardi 1 fois par mois, de 14h30 à 16h, autour d'un thème dédié.

Mardi 14 janvier 2025

Aider un proche au quotidien

Mardi 11 février 2025

Quelles limites dans la relation d'aide ?

Mardi 11 mars 2025

Trouver du temps pour moi, partir en vacances

Mardi 8 avril 2025

Etre aidant et garder ses relations avec son entourage

Mardi 13 mai 2025

Passer le relai ? Quand ? Comment ?

Mardi 17 juin 2025

L'importance de se maintenir en santé



À cette adresse :

Médiathèque de Haute Saintonge
39 rue des Carmes 17500 JONZAC



Contact :

06.78.02.71.21
mp.besnier@ch-jonzac.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

