

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



Café des aidants[®]

LOUDEAC

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 : **CIAS**
LOUDEAC
communauté

Avec le soutien de :

Association Française des
aidants



Nous vous donnons rendez-vous, une fois par mois, de 15h à 16h30, autour d'un thème.

PROGRAMME

-Le jeudi 19 février 2026

Je suis aidant, comment je le vis, comment j'en parle ?

-Le jeudi 26 mars 2026

Prendre soin de soi quand on est aidant, oui mais comment ?

-Le jeudi 23 avril 2026

Comment conserver un lien de qualité avec son proche ?

-Le jeudi 21 mai 2026

Trouver sa place avec les professionnels

-Le jeudi 18 juin 2026

Les richesses de la relation d'aide



À cette adresse :

France Services
15 rue de Moncontour, 22600 LOUDEAC



Contact :

02 96 66 09 09
cias@loudeac-communaute.bzh

Inscription possible

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :

