

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



Café des aidants[®]

Vitré

**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 :

VITRÉ
COMMUNAUTÉ
CLIC
des Portes de Bretagne

Avec le soutien de :

Association Française des
aidants



Café des
aidants®

Vitré

Nous vous donnons rendez-vous, le 1^{er} vendredi du mois, de 14h30 à 16h, autour d'un thème.

PROGRAMME Premier semestre 2024

Vendredi 5 janvier 2024

« Comment je prends conscience que je suis aidant, c'est tout un chemin... »

Vendredi 2 février 2024

« Emotions et réactions ... comment je les gère ? »

Vendredi 1er mars 2024

Rencontre avec la Plateforme de Répit du Pays de Vitré :
« Quels sont les services apportés ? »

Vendredi 5 avril 2024

« Comment cultiver l'amour ? »

Vendredi 3 mai 2024

Rencontre avec une Conseillère Sociale en Gérontologie :
« aide au répit, APA... »

Vendredi 7 juin 2024

« Quels sont les bons gestes pour aider sans s'abîmer ? »

Vendredi 5 juillet 2024

Jeu « Super Z'Aidan ! »



À cette adresse :

2 rue Clairefontaine
35 500 Vitré



Contact :

02 99 74 33 01
stephanie.dreanmalecot@ccasvitre.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

