

Vous êtes non professionnel et  
accompagnez un proche malade, en  
situation de handicap ou dépendant du  
fait de l'âge ?



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**de Mulhouse**

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 :



Avec le soutien de :





Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de **16h00 à 17h30** à la Maison Diocésaine de Mulhouse

## PROGRAMME 2021

### Jeudi 25 mars 2021

Moi aidant, comment je m'adapte en situation de crise ?

### Jeudi 22 avril 2021

Comment j'ai vécu l'annonce du diagnostic / la perte d'autonomie ?

### Jeudi 20 mai 2021

S'y retrouver dans le labyrinthe des dispositifs

### Jeudi 24 juin 2021

Mon rôle d'aidant mais aussi de mère, père, enfant, ...

### Jeudi 16 septembre 2021

Bienveillance – Maltraitance : où finit l'un et où commence l'autre ?

### Jeudi 07 octobre 2021

Comment je gère mes émotions, mon stress, ... ?

### Jeudi 04 novembre 2021

Le regard des autres

### Jeudi 02 décembre 2021

Le plaisir d'être ensemble



À cette adresse :

**Maison Diocésaine Theillard de Chardin**

17 rue de la cigale, 68200 Mulhouse



Contact :

Angélique & Laura  
06.23.16.33.10

[l.garcia@aufildelavie.fr](mailto:l.garcia@aufildelavie.fr)