



**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 2023

Vendredi 6 janvier 2023

L'épuisement de l'aidant, quels signes d'alerte ?

Vendredi 3 février 2023

Je prépare mes vacances

Vendredi 3 mars 2023

J'apprends à accepter ce qui n'est pas parfait ...

Vendredi 7 avril 2023

Et si je n'ai plus envie ?

Vendredi 5 mai 2023

Comment j'adapte mon logement ?

Vendredi 2 juin 2023

Mon proche et moi : comment je résume notre relation par une chanson, un poème...

Vendredi 7 juillet 2023

A vous de jouer : Aider tout en restant en bonne santé !
« Super Zaidan »



À cette adresse : **Bulle Café**
2 rue Clairefontaine
35500 Vitré



Contact :
02 99 74 33 01

stephanie.dreanmalecot@ccasvitre.fr

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

