



Café des aidants[®]

de Montpellier

**Vous apportez une aide régulière à un proche malade, âgé ou handicapé ?
Vous êtes un aidant, ne restez pas seul**

Nous vous donnons rendez-vous deux fois par mois autour d'un même thème

Le café des aidants est animé par :
Gaëlle ou Simon, psychologues
et Martine, professionnelle de santé

Contact

Martine Pradel

04 67 70 47 46

06 13 63 05 71

cafedesaidants@gammes.org

327 rue du Moulin de Sémalen

34000 MONTPELLIER



<http://www.aidants.fr/>



le Café des Aidants est un temps convivial d'échanges et d'information



PROGRAMME

1er semestre 2023

Horaires : de 10 h 15 à 12 h

JANVIER : Samedi 14 et Mardi 17

Thème : Quels sont nos besoins et nos attentes en tant qu'aidants ?

FEVRIER : Samedi 11 et Mardi 14

Thème : Comment s'adapter à l'évolution de la personne accompagnée ? (deuil blanc)

MARS : Mardi 14 et Samedi 18

Thème : Signes d'épuisement de l'aidant, comment les reconnaître et les prévenir ?

AVRIL : Samedi 15 et Mardi 18

Thème : Comment appréhender les angoisses de mon proche ?

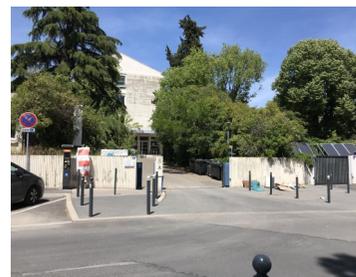
MAI : Samedi 13 et Mardi 16

Thème : Comment m'y prendre pour que mon proche accepte une aide extérieure ?

JUIN : Samedi 10 et Mardi 13

Thème : Qu'est-ce-que j'attends des intervenants professionnels ?

ACCES



Tram ligne 4 : Arrêt Pompignane

Entrer au 327 rue du Moulin de Sémalen, prendre à gauche, passer le portail :

En voiture : quand vous êtes sur le petit parking, suivez le chemin, vous arriverez sur un grand parking, allez jusqu'au fond, l'entrée du service est sur la droite, sonnette à l'entrée.

A pieds : suivre les pictogrammes blancs peints sur le sol, ils vous guideront jusqu'à destination.



malakoff médéric



AG2R LA MONDIALE



CREDIT COOPERATIF



KLÉSIA
PROTECTION ET INNOVATION SOCIALES