

Vous accompagnez un parent âgé, un proche malade ou en situation de handicap ?

L'**AFAPEI SUD ALSACE** en partenariat avec l'**Association Française des Aidants**, vous invite à venir partager votre expérience autour d'un café avec d'autres personnes qui, comme vous, apportent une aide régulière à un membre de leur entourage en perte d'autonomie dû à l'âge, à la maladie ou à un handicap.

Qu'est-ce qu'un Café des Aidants ?

Les Cafés des Aidants sont des lieux, des temps et des espaces d'information, de rencontres et d'échanges, animés par deux psychologues ayant une expertise sur la question des aidants.

Ces moments permettent aux aidants non professionnels de se retrouver, se ressourcer, rencontrer d'autres personnes dans la même situation, avec qui exprimer et partager ses problématiques vécues au quotidien, recevoir des conseils de professionnels ou tout simplement sortir un peu du quotidien en allant boire un café.

Ces groupes peuvent être une belle occasion de se sentir compris.e et moins seul.e.

Ils sont **gratuits**, ouverts à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de la personne accompagnée. Ils se tiennent un jour par mois, pour une durée d'1h30.

Les prochaines rencontres des Cafés des Aidants se tiendront 1 jeudi par mois à partir du

12 septembre 2024 à 15h

Maison Pour Tous de Bartenheim
1 Grand Rue -- 68870 BARTENHEIM

Vous trouverez ci-joint le programme complet pour 2024 et 2025.

A noter la Journée Nationale des Aidants que nous organiserons le jeudi 10 octobre à la Maison Pour Tous de Bartenheim de 10h à 16h, journée ayant pour thématique le Bien-être (présence de différents professionnels du bien-être pour apprendre à gérer son stress, prendre soin de soi...). La participation à cette journée se fait **sur inscription** (contrairement aux Cafés des Aidants qui sont en accès libre).

Plus d'informations sur l'Association Française des Aidants : <https://www.aidants.fr/>

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter l'AFAPEI Sud Alsace au 03.89.40.50.64 et sur <https://www.afapeisudalsace.org/>