



# L'instant des aidants

Vous accompagnez un proche malade ou vieillissant, venez échanger avec d'autres aidants autour d'un café!

**Sur inscription au 06 40 82 27 86**

So'Friandises, 3 rue Pasteur 14 310 Villers-Bocage



# L'instant des aidants

Vous accompagnez un proche malade ou vieillissant, venez échanger avec d'autres aidants autour d'un café!

**Sur inscription au 06 40 82 27 86**

So'Friandises, 3 rue Pasteur 14 310 Villers-Bocage



# L'instant des aidants

Vous accompagnez un proche malade ou vieillissant, venez échanger avec d'autres aidants autour d'un café!

**Sur inscription au 06 40 82 27 86**

So'Friandises, 3 rue Pasteur 14 310 Villers-Bocage



# L'instant des aidants

Vous accompagnez un proche malade ou vieillissant, venez échanger avec d'autres aidants autour d'un café!

**Sur inscription au 06 40 82 27 86**

So'Friandises, 3 rue Pasteur 14 310 Villers-Bocage





## A VOTRE AGENDA

**les jeudis de 14h à 16h**

Animé par Amandine Cabaret, psychologue et  
Christelle Langlet, relayeuse

**Le 13 juillet :** Est-ce possible de prendre des vacances quand on est aidant ?

**Le 7 septembre :** Emotions et réactions, comment les gérer ?

**Le 5 octobre :** Santé physique, santé psychique : comment les préserver ?

**Le 9 novembre :** Partager des projets communs avec mon proche

**Le 14 décembre :** Voir des proches, des amis, comment faire pour que tout se passe bien ?



## A VOTRE AGENDA

**les jeudis de 14h à 16h**

Animé par Amandine Cabaret, psychologue et  
Christelle Langlet, relayeuse

**Le 13 juillet :** Est-ce possible de prendre des vacances quand on est aidant ?

**Le 7 septembre :** Emotions et réactions, comment les gérer ?

**Le 5 octobre :** Santé physique, santé psychique : comment les préserver ?

**Le 9 novembre :** Partager des projets communs avec mon proche

**Le 14 décembre :** Voir des proches, des amis, comment faire pour que tout se passe bien ?



## A VOTRE AGENDA

**les jeudis de 14h à 16h**

Animé par Amandine Cabaret, psychologue et  
Christelle Langlet, relayeuse

**Le 13 juillet :** Est-ce possible de prendre des vacances quand on est aidant ?

**Le 7 septembre :** Emotions et réactions, comment les gérer ?

**Le 5 octobre :** Santé physique, santé psychique : comment les préserver ?

**Le 9 novembre :** Partager des projets communs avec mon proche

**Le 14 décembre :** Voir des proches, des amis, comment faire pour que tout se passe bien ?



## A VOTRE AGENDA

**les jeudis de 14h à 16h**

Animé par Amandine Cabaret, psychologue et  
Christelle Langlet, relayeuse

**Le 13 juillet :** Est-ce possible de prendre des vacances quand on est aidant ?

**Le 7 septembre :** Emotions et réactions, comment les gérer ?

**Le 5 octobre :** Santé physique, santé psychique : comment les préserver ?

**Le 9 novembre :** Partager des projets communs avec mon proche

**Le 14 décembre :** Voir des proches, des amis, comment faire pour que tout se passe bien ?