

**Vous accompagnez un proche  
malade, en situation de handicap  
ou dépendant du fait de l'âge ?**



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**IFFENDIC**

**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 :





Café des  
aidants®

IFFENDIC

Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de 14h30 à 16h00, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2025

**Jeudi 16 Janvier**

Comment éviter l'isolement social ?

**Jeudi 6 Février**

Accepter la maladie pour mieux avancer

**Jeudi 6 Mars**

Qu'est-ce que « ViaTrajectoire » ?

**Jeudi 3 Avril**

Le droit au répit

**Jeudi 15 Mai**

« Il paraît que j'en fait trop ! »

**Jeudi 12 Juin**

Emotions et réactions...Comment les gérer ?



À cette adresse :

Espace Sport'iff, 30 rue du Commerce  
35750 Iffendic



Contact :

02.90.02.36.37  
accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :



**Vous accompagnez un proche  
malade, en situation de handicap  
ou dépendant du fait de l'âge ?**



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**IFFENDIC**

**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 :





Café des  
aidants®

IFFENDIC

Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de 14h30 à 16h00, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2025

**Jeudi 16 Janvier**

Comment éviter l'isolement social ?

**Jeudi 6 Février**

Accepter la maladie pour mieux avancer

**Jeudi 6 Mars**

Qu'est-ce que « ViaTrajectoire » ?

**Jeudi 3 Avril**

Le droit au répit

**Jeudi 15 Mai**

« Il paraît que j'en fait trop ! »

**Jeudi 12 Juin**

Emotions et réactions... Comment les gérer ?



À cette adresse :

Espace Sport'iff, 30 rue du Commerce  
35750 Iffendic



Contact :

02.90.02.36.37  
[accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr](mailto:accompagnaidants@cias-ouest-rennes.fr)

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

