

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



Café des aidants®

Altkirch

**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®**

Altkirch

Nous vous donnons rendez-vous, un mardi par mois de 10h00 à 11h30 à la MJC d'Altkirch,
1 rue des Vallons, 68130 Altkirch
Gratuit et sans inscription

PROGRAMME 2025- 2026

16 Septembre 2025

Et moi dans tout ça ? Prendre du temps pour moi !

07 Octobre 2025

La reconnaissance en tant qu'aidant

18 Novembre 2025

Les solutions de répit pour les aidants (en présence des PlateFormes d'accompagnement et de Répit pour les aidants Amaëlles et

Au Fil de la Vie)

09 Décembre 2025

Les richesses de la relation d'aide

13 Janvier 2026

Comprendre les troubles du comportement de mon proche

10 Février 2026

Aider sans limites ?

10 Mars 2026

Comprendre ViaTrajectoire

07 Avril 2026

Protection juridique : à quel moment ? comment ? pourquoi ?

19 Mai 2026

Je suis aidant : et ma famille dans tout ça ?

16 Juin 2026

Quand la maladie s'immisce dans les relations



À cette adresse :

MJC Altkirch

1, rue des Vallons 68130 Altkirch



Contact :

Camille et Cristina:

06.86.24.19.67