

• Café des aidants, kesako ? •

Les Cafés des Aidants sont des lieux, des temps et des espaces d'information, destinés à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de leur proche.

Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont co-animées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants.

A chaque rencontre, une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant.

L'objectif est d'offrir un lieu dédié aux aidants, pour leur permettre d'échanger, de rencontrer d'autres aidants et de prendre du recul sur leur situation, dans un cadre convivial.

Les thèmes abordés de Février à Juin

- *"Quels sont mes besoins en tant qu'aidant ?"*
- *"Quelles émotions me traversent dans mon quotidien d'aidant ?"*
- *"Comment alléger ma charge mentale ?"*
- *"Ressources, forces et résilience de l'aidant"*
- *"La culpabilité : un jugement sur soi"*

05

Le nombre de places étant **limité**, il est fortement recommandé de vous **inscrire au plus vite**.
Alors n'hésitez plus, contactez-nous

 **0692 33 65 37**

THÈME

DATE / HORAIRE

COMMUNE

ADRESSE

 **INFOS INSCRIPTIONS**
0692 33 65 37

**“Quels sont mes
besoins en tant
qu’aidant ?”**

Mercredi 4 Février | 10h-11h30

SAINT-PAUL (1)

Le Village de Corail, 80 Avenue de Bourbon

Jeudi 5 Février | 13h30-15h

SAINT-LEU

La Bibliothèque Sudel Fuma, Rue de la cheminée

Lundi 9 Février | 14h-15h30

TAMPON (2)

Halte Alzheimer, 194 Rue Marius et Ary Leblond

Mardi 10 Février | 14h-15h30

TAMPON (1)

Mairie Annexe du 23ème km

Mercredi 11 Février | 10h-11h30

LA POSSESSION

La Maison de Quartier, Rue du Camp Magloire

Mercredi 11 Février | 10h-11h30

SAINT-PIERRE

Espace Moulin A Café, Ravine des Cabris

Mercredi 11 Février | 10h-11h30

PETITE-ILE

Mairie de Petite-Ile, Salle du conseil

Jeudi 12 Février | 10h-11h30

PLAINE-DES-PALMISTES

CCAS de la Plaine-des-Palmistes, Salle de réunion

Mercredi 18 Février | 10h-11h30

SAINTE-MARIE

Centre social de la Rivière des Pluies, l'Espace Jeunes

Mercredi 18 Février | 10h-11h30

SAINT-DENIS

Espace Reydellet, 105 Rue de la République

Mercredi 18 Février | 13h15-14h45

SAINTE-SUZANNE

Espace Répit Repos, 5-7 Rue du Général de Gaulle

Mercredi 18 Février | 13h30-15h

SAINT-LOUIS

Maison de Quartier Plateau goyaves, Rue Auguste Larre

Mercredi 18 Février | 13h30-15h

SAINT-BENOIT

Salle de l'intermédiation sociale du CCAS, 19 rue Lucien Ducheman

Lundi 23 Février | 13h30-15h

SAINT-JOSEPH

Centre Social de Saint-Joseph, 27 Rue Paul Demange

Mardi 24 Février | 13h30-15h

LES AVIRONS

La Maison de Quartier du Ruisseau

Mercredi 25 Février | 10h-11h30

ETANG-SALÉ

Espace Blue Bayou, Chemin Village

Mercredi 25 Février | 10h-11h30

SAINT-ANDRÉ

Centre Social de Bras des Chevettes, 403 Chemin Bras des Chevettes

Mercredi 25 Février | 10h-11h30

LE PORT

La Maison de la Solidarité Portoise, 72 Rue Saint Paul

Mercredi 25 Février | 13h30-15h

BRAS-PANON

Mairie de Bras-Panon, Salle N°3

Mercredi 25 Février | 10h-11h30

SAINT-PAUL (2)

6 Boulevard du Front de mer, Quai Gilbert

Jeudi 26 Février | 13h30-15h

CILAOS

Au Petit Matarum, Chemin du Matarum

FEVRIER

THÈME

DATE / HORAIRE

COMMUNE

ADRESSE



INFOS
INSCRIPTIONS

0692 33 65 37

**“Quelles
émotions me
traversent dans
mon quotidien
d’aidant ?”**

Mercredi 4 Mars 10h-11h30	SAINT-PAUL	Le Village de Corail, 80 Avenue de Bourbon
Jeudi 5 Mars 13h30-15h	SAINT-LEU	La Bibliothèque Sudel Fuma, Rue de la cheminée
Lundi 9 Mars 14h-15h30	TAMPON (2)	Halte Alzheimer, 194 Rue Marius et Ary Leblond
Mardi 10 Mars 14h-15h30	TAMPON (1)	Mairie Annexe du 23ème km
Mercredi 11 Mars 10h-11h30	LA POSSESSION	La Maison de Quartier, Rue du Camp Magloire
Mercredi 11 Mars 10h-11h30	PETITE-ILE	Mairie de Petite-Ile, Salle du conseil
Mercredi 11 Mars 10h-11h30	SAINT-PIERRE	Espace Moulin A Café, Ravine des Cabris
Jeudi 12 Mars 10h-11h30	PLAINE-DES-PALMISTES	CCAS de la Plaine-des-Palmistes, Salle de réunion
Mercredi 18 Mars 10h-11h30	SAINTE-MARIE	Centre social de la Rivière des Pluies, l'Espace Jeunes
Mercredi 18 Mars 10h-11h30	SAINT-PAUL (2)	6 Boulevard du Front de mer, Quai Gilbert
Mercredi 18 Mars 10h-11h30	SAINT-DENIS	Espace Reydellet, 105 Rue de la République
Mercredi 18 Mars 13h15-14h45	SAINTE-SUZANNE	Espace Répit Repos, 5-7 Rue du Général de Gaulle
Mercredi 18 Mars 13h30-15h	SAINT-BENOIT	Salle de l'intermédiation sociale du CCAS, 19 rue Lucien Ducheman
Mercredi 18 Mars 13h30-15h	SAINT-LOUIS	Maison de Quartier Plateau goyaves, Rue Auguste Larre
Lundi 23 Mars 13h30-15h	SAINT-JOSEPH	Centre Social de Saint-Joseph, 27 Rue Paul Demange
Mardi 24 Mars 13h30-15h	LES AVIRONS	La Maison de Quartier du Ruisseau,
Mercredi 25 Mars 10h-11h30	ETANG-SALÉ	Espace Blue Bayou, Chemin Village
Mercredi 25 Mars 10h-11h30	LE PORT	La Maison de la Solidarité Portoise, 72 Rue Saint Paul
Mercredi 25 Mars 10h-11h30	SAINT-ANDRÉ	Centre Social de Bras des Chevrettes, 403 Chemin Bras des Chevrettes
Mercredi 25 Mars 13h30-15h	BRAS-PANON	Mairie de Bras-Panon, Salle N°3
Jeudi 26 Mars 13h30-15h	CILAOS	Au Petit Matarum, Chemin du Matarum

THÈME

DATE / HORAIRE

COMMUNE

ADRESSE

**“Comment
alléger ma
charge
mentale ?”**

Mercredi 1 Avril | 10h-11h30

SAINT-PAUL (1)

Le Village de Corail, 80 Avenue de Bourbon

Jeudi 2 Avril | 13h30-15h

SAINT-LEU

La Bibliothèque Sudel Fuma, Rue de la cheminée

Mardi 7 Avril | 14h-15h30

TAMPON (1)

Mairie Annexe du 23ème km

Mercredi 8 Avril | 10h-11h30

LA POSSESSION

La Maison de Quartier, Rue du Camp Magloire

Mercredi 8 Avril | 10h-11h30

PETITE-ILE

Mairie de Petite-Ile, Salle du conseil

Mercredi 8 Avril | 10h-11h30

SAINT-PIERRE

Espace Moulin A Café, Ravine des Cabris

Jeudi 9 Avril | 10h-11h30

PLAINE-DES-PALMISTES

CCAS de la Plaine-des-Palmistes, Salle de réunion

Lundi 13 Avril | 14h-15h30

TAMPON (2)

Halte Alzheimer, 194 Rue Marius et Ary Leblond

Mercredi 15 Avril | 10h-11h30

SAINTE-MARIE

Centre social de la Rivière des Pluies, l'Espace Jeunes

Mercredi 15 Avril | 10h-11h30

SAINT-DENIS

Espace Reydellet, 105 Rue de la République

Mercredi 15 Avril | 13h15-14h45

SAINTE-SUZANNE

Espace Répit Repos, 5-7 Rue du Général de Gaulle

Mercredi 15 Avril | 13h30-15h

SAINT-LOUIS

Maison de Quartier Plateau goyaves, Rue Auguste Larre

Mercredi 15 Avril | 13h30-15h

SAINT-BENOIT

Salle de l'intermédiation sociale du CCAS, 19 rue Lucien Ducheman

Lundi 20 Avril | 13h30-15h

SAINT-JOSEPH

Centre Social de Saint-Joseph, 27 Rue Paul Demange

Mercredi 22 Avril | 10h-11h30

ETANG-SALÉ

Espace Blue Bayou, Chemin Village

Mercredi 22 Avril | 10h-11h30

LE PORT

La Maison de la Solidarité Portoise, 72 Rue Saint Paul

Mercredi 22 Avril | 10h-11h30

SAINT-ANDRÉ

Centre Social de Bras des Chevettes, 403 Chemin Bras des Chevettes

Mercredi 22 Avril | 13h30-15h

BRAS-PANON

Lieu communiqué ultérieurement

Jeudi 23 Avril | 13h30-15h

CILAOS

Au Petit Matarum, Chemin du Matarum

Vendredi 24 Avril | 10h-11h30

SAINT-PAUL (2)

6 Boulevard du Front de mer, Quai Gilbert

Mardi 28 Avril | 13h30-15h

LES AVIRONS

La Maison de Quartier du Ruisseau,



AVRIL

THÈME

DATE / HORAIRE

COMMUNE

ADRESSE

**“Ressources,
forces et
résilience de
l’aidant”**

Mercredi 6 Mai | 10h-11h30

SAINT-PAUL(1)

Le Village de Corail, 80 Avenue de Bourbon

Jeudi 7 Mai | 13h30-15h

SAINT-LEU

La Bibliothèque Sudel Fuma, Rue de la cheminée

Lundi 11 Mai | 13h30-15h

SAINT-JOSEPH

Centre Social de Saint-Joseph, 27 Rue Paul Demange

Lundi 11 Mai | 14h-15h30

TAMPON (2)

Halte Alzheimer, 194 Rue Marius et Ary Leblond

Mardi 12 Mai | 14h-15h30

TAMPON (1)

Mairie Annexe du 23ème km

Mercredi 13 Mai | 10h-11h30

LA POSSESSION

La Maison de Quartier, Rue du Camp Magloire

Mercredi 13 Mai | 10h-11h30

PETITE-ILE

Mairie de Petite-Ile, Salle du conseil

Mercredi 13 Mai | 10h-11h30

SAINT-PIERRE

Espace Moulin A Café, Ravine des Cabris

Vendredi 15 Mai | 10h-11h30

PLAINE-DES-PALMISTES

CCAS de la Plaine-des-Palmistes, Salle de réunion

Mercredi 20 Mai | 10h-11h30

SAINTE-MARIE

Centre social de la Rivière des Pluies, l'Espace Jeunes

Mercredi 20 Mai | 10h-11h30

SAINT-DENIS

Espace Reydellet, 105 Rue de la République

Mercredi 20 Mai | 13h15-14h45

SAINTE-SUZANNE

Espace Répit Repos, 5-7 Rue du Général de Gaulle

Mercredi 20 Mai | 13h30-15h

SAINT-LOUIS

Maison de Quartier Plateau goyaves, Rue Auguste Larre

Mercredi 20 Mai | 13h30-15h

SAINT-BENOIT

Salle de l'intermédiation sociale du CCAS, 19 rue Lucien Ducheman

Mardi 26 Mai | 13h30-15h

LES AVIRONS

La Maison de Quartier du Ruisseau,

Mercredi 27 Mai | 10h-11h30

ETANG-SALÉ

Espace Blue Bayou, Chemin Village

Mercredi 27 Mai | 13h30-15h

BRAS-PANON

Lieu communiqué ultérieurement

Mercredi 27 Mai | 10h-11h30

LE PORT

La Maison de la Solidarité Portoise, 72 Rue Saint Paul

Mercredi 27 Mai | 10h-11h30

SAINT-ANDRÉ

Centre Social de Bras des Chevrettes, 403 Chemin Bras des Chevrettes

Mercredi 27 Mai | 10h-11h30

SAINT-PAUL (2)

6 Boulevard du Front de mer, Quai Gilbert

Jeudi 28 Mai | 13h30-15h

CILAOS

Au Petit Matarum, Chemin du Matarum



MAI

THÈME

DATE / HORAIRE

COMMUNE

ADRESSE

INFOS
INSCRIPTIONS

0692 33 65 37

**“La
culpabilité :
un jugement
sur soi”**

Mercredi 3 Juin 10h-11h30	SAINT-PAUL(1)	Le Village de Corail, 80 Avenue de Bourbon
Jeudi 4 Juin 13h30-15h00	SAINT-LEU	La Bibliothèque Sudel Fuma, Rue de la cheminée
Lundi 8 Juin 14h-15h30	TAMPON (2)	Halte Alzheimer, 194 rue Marius et Ary Leblond
Mardi 9 Juin 14h-15h30	TAMPON (1)	Mairie Annexe du 23ème km
Mercredi 10 Juin 10h-11h30	LA POSSESSION	La Maison de Quartier, Rue du Camp Magloire
Mercredi 10 Juin 10h-11h30	PETITE-ILE	Mairie de Petite-Ile, Salle du conseil
Mercredi 10 Juin 10h-11h30	SAINT-PIERRE	Espace Moulin A Café, Ravine des Cabris
Jeudi 11 Juin 10h-11h30	PLAINE-DES-PALMISTES	CCAS de la Plaine-des-Palmistes, Salle de réunion
Mercredi 17 Juin 10h-11h30	SAINTE-MARIE	Centre social de la Rivière des Pluies, l'Espace Jeunes
Mercredi 17 Juin 10h-11h30	SAINT-DENIS	Espace Reydellet, 105 Rue de la République
Mercredi 17 Juin 13h30-15h	SAINT-BENOIT	Salle de l'intermédiation sociale du CCAS, 19 rue Lucien Ducheman
Mercredi 17 Juin 13h30-15h	SAINT-LOUIS	Maison de Quartier Plateau goyaves, rue Auguste Larre
Mercredi 17 Juin 13h15-14h45	SAINTE-SUZANNE	Espace Répit Repos, 5-7 Rue du Général de Gaulle
Lundi 22 Juin 13h30-15h	SAINT-JOSEPH	Centre Social de Saint-Joseph, 27 Rue Paul Demange
Mercredi 24 Juin 10h-11h30	SAINT-ANDRÉ	Centre Social de Bras des Chevrettes, 403 Chemin Bras des Chevrettes
Mercredi 24 Juin 10h-11h30	LE PORT	La Maison de la Solidarité Portoise, 72 Rue Saint Paul
Mercredi 24 Juin 10h-11h30	ETANG-SALÉ	Espace Blue Bayou, Chemin Village
Mercredi 24 Juin 13h30-15h	BRAS-PANON	Mairie de Bras-Panon, Salle N°3
Mercredi 24 Juin 10h-11h30	SAINT-PAUL (2)	6 Boulevard du Front de mer, Quai Gilbert
Jeudi 25 Juin 13h30-15h	CILAOS	Au Petit Matarum, Chemin du Matarum
Mardi 30 Juin 13h30-15h	LES AVIRONS	La Maison de Quartier du Ruisseau,