

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



*Café des aidants*®

**TRESSIGNAUX**

**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 :

**C I A S**  
LEFFARMOR

Avec le soutien de :

 Association Française des  
**aidants**

Nous vous donnons rendez-vous,  
un jeudi par mois autour d'un  
thème.

## PROGRAMME De 14h30 à 16h

### Jeudi 15 JANVIER 2026

Où trouver des solutions de répit ?

*En présence de Guénaëlle THEYS-STIVALA (Coordinatrice de l'Espace  
de Répit des Aidants de l'Armor Argoat)*

### Jeudi 5 FÉVRIER 2026

Quelles limites dans la relation d'aide ?

### Jeudi 5 MARS 2026

Les relations avec les professionnels : trouver sa place,  
trouver un équilibre



À cette adresse :

LE MIX CAFE

2 rue Hyppolyte Tréhiou, 22290 TRESSIGNAUX



Contact :

02 96 79 77 82

[cias@leffarmor.fr](mailto:cias@leffarmor.fr)