



PRÉVENTION, SOLIDARITÉ

## Le café des aidants

Le CCAS de Lescar organise tous les deuxièmes vendredis de chaque associatif, un café des aidants.

**08** > **13**  
NOV. DÉC.

🕒 15h30 à 17h00

📍 L'INSTANT

L'ESTANQUET RUE DU PONT LOUIS  
LESCAR

**Le Café des aidants est un temps et un lieu d'information, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial.**

Il est co-animé par une psychologue et un travailleur social. Il permet un soutien psychologique ou encore d'être orienté vers les dispositifs existants afin d'être aidé. C'est aussi l'occasion de sortir de son quotidien, de partager des expériences entre aidants de manière à rompre l'isolement et à prévenir les risques d'épuisement.

### Prochaines dates

**Vendredi 8 novembre** : Émotions et réactions... Comment les gérer ?

**Vendredi 13 décembre** : Les relations avec les professionnels : trouver sa place, trouver un équilibre



# VOUS POURRIEZ ÊTRE INTÉRESSÉ PAR

Lescar.fr

04 > 13  
NOV. DÉC.

ENFANCE - JEUNESSE,  
SOLIDARITÉ

**Collecte de jouets**

Lescar.fr

21 > 23  
NOV. DÉC.

SOLIDARITÉ

**Téléthon 2024**

Lescar.fr

10 > 12  
JANV. DÉC.

PRÉVENTION, SOLIDARITÉ

**Le café des aidants :  
programmation 2025**

 L'INSTANT  
L'ESTANQUET RUE DU PONT LOUIS  
LESCAR

 15h30 à 17h00



**Hôtel  
de  
ville**

Allée du  
Bois  
d'Ariste  
64230  
Lescar  
05 59 81  
57 00

**HORAIRES**

:  
Lundi au  
Vendredi  
de 8h30 à  
12h et de  
13h30 à  
17h