

# *Vous aidez régulièrement un proche ?*



Je m'occupe de ma mère atteinte d'un cancer



J'aide mon épouse atteinte d'une maladie neurodégénérative

Je soutiens mon frère porteur d'un trouble du spectre autistique



Je suis aidante de mon fils qui souffre de troubles bipolaires



J'aide mon voisin, en perle d'autonomie

## Nos rendez-vous d'octobre à décembre 2025

Gratuit - Sur inscription

# Je dis aidant !

**Le relais des aidants et ses partenaires vous proposent  
3 temps forts pour informer, accompagner et soutenir  
les proches-aidants.**

## Jeudi 16 octobre de 12h15 à 13h45

**Aidants salariés, quels sont vos droits et dispositifs de maintien en emploi ?**

Vous travaillez et aidez un proche en difficulté de santé ?  
Découvrez vos droits et dispositifs pour mieux concilier vie pro et perso.

Proposé par Eclaircie Répit - La vie à domicile et SSTI 33

*8 rue Pierre-Georges Latécoère (entrée 2)*

*Sur inscription : 05 56 55 04 38 ou [eclaircie@lavieadomicile33.fr](mailto:eclaircie@lavieadomicile33.fr)*

## Jeudi 20 novembre de 14h30 à 17h

**Conférence « Comment faire le deuil d'un proche qui n'est plus le même ? »**

Vous êtes aidant d'un proche et vous ressentez qu'il n'a plus la même présence mentale ou affective ? Apprenez à transformer la relation pour en développer une nouvelle (se nomme « le deuil blanc »).

Proposé par Agirc-Arrco

*Auditorium de la Médiathèque Michel Sainte-Marie - 19, place Charles-de-Gaulle*

*Sur inscription : 05 56 97 86 24 ou [actionsocialeaquitaine@agirc-arrco.fr](mailto:actionsocialeaquitaine@agirc-arrco.fr)*

## Jeudi 11 décembre de 10h à 12h

**Café famille d'enfants EXTRAordinaires**

Vous êtes le proche d'un enfant (âgé de 0 à 20 ans) en situation de handicap ? Venez partager vos expériences, croiser vos parcours et ouvrir votre champ des possibles.

Proposé par les associations Syndrome CHD8, un combat vers l'autonomie et Danser sous la pluie.

*Maison des associations*

*55 av.du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny*

*Sur inscription : 05 56 97 86 24 ou [relais.des.aidants@merignac.com](mailto:relais.des.aidants@merignac.com)*