

## Prochain Café Mémoire France Alzheimer : « Quand le relais de l'aidant se fait à domicile »



Prochain Café Mémoire France Alzheimer : « Quand le relais de l'aidant se fait à domicile »

Accompagner un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée a des répercussions sur la vie sociale, la santé physique et mentale, la vie professionnelle. L'aidant, très dévoué à la personne qu'il accompagne, a tendance à s'oublier lui-même.

**Pour aider les familles dans cet accompagnement, le prochain Café Mémoire se tiendra**

**jeudi 29 janvier 2026, de 15h à 17h,**

**au Café O'BARO, 1, rue Camille Desmoulins à Auch.**

**Il accueillera Mme Joëlle Raquin qui présentera « Bulle d'air ».**

« **Bulle d'air** » est un **service de répit et de relayage à domicile**. Pendant l'absence de l'aidant, une personne prend le relais, que ce soit ponctuellement ou de façon régulière, de jour comme de nuit.

Pour participer au Café Mémoire qui permet aux aidants, aux malades et à toute personne intéressée de se retrouver dans un espace public, de partager autour d'un café un moment de convivialité et de recevoir de l'information, il n'est pas nécessaire de s'engager ou de s'inscrire. Cette action de France Alzheimer est totalement gratuite, seules les consommations sont à la charge de chacun.

**Autres rendez-vous :**

- **jeudi 19 février 2026 : « La sophrologie, un temps pour soi »**

Présentation de l'atelier relaxation France Alzheimer à Auch.

Invitée : Mme Martine Despax, sophrologue et professeure de yoga.

- **jeudi 26 mars 2026 : « Une équipe au service de l'autonomie à domicile »**

Présentation du dispositif Facilit'Ma Vie.

Pour de plus amples informations, vous pouvez vous adresser à :

- Virginie Fourgeaud, psychologue, tél : 06 42 56 94 44

- Marie-Hélène Herbillon, bénévole, tél : 06 51 12 38 03

- France Alzheimer Gers , tél : 05 62 05 24 52

