

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



Café des aidants[®]

Bourg-en-Bresse

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 :



Avec le soutien de :



PROGRAMME 2023

- | | |
|--------------------|--|
| 18 février | Mes ressources et mes limites en tant qu'aidant |
| 18 mars | Quand la maladie s'immisce dans la relation |
| 22 avril | Les richesses de la relation d'aide |
| 13 mai | Conseils et astuces pour cuisiner simplement et manger avec plaisir |
| 10 juin | Dépendance et autonomie : quelles différences ? |
| 8 juillet | La place de chacun entre choix et limites |
| 9 septembre | Quelles astuces pour rester en bonne santé (physique et bien-être) ? |
| 7 octobre | Journée Nationale des Aidants (<i>lieu à définir</i>) |
| 18 novembre | Aménagement du logement : des solutions existent |
| 16 décembre | Le regard des autres sur mon rôle d'aidant |

Garde de votre proche et transport accompagné sur demande



À cette adresse :
ADAPA 2 rue Pavé d'Amour
01000 Bourg-en-Bresse

Contact :
07 87 07 47 78
prochesaidants
@adapa01.com