

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



Café des aidants[®]

AUBENAS

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 :



pour tous, toute la vie, partout

Avec le soutien de :





Nous vous donnons rendez-vous
un jeudi après-midi par mois
de 14h30 à 16h00,
autour d'un thème

PROGRAMME 2023

Jeudi 14 septembre

Trouver du temps pour moi, me détendre et lâcher prise

Jeudi 12 octobre

Comment s'adapter à l'évolution de mon proche, le deuil blanc ?

Jeudi 9 novembre

Quels besoins et quels outils pour les aidants ?

Jeudi 14 décembre

Comment passer le relai avec les professionnels ?

Les thèmes peuvent changer en fonction des demandes et besoins des participants



À cette adresse :

Salon de thé L'Or Noir
1, rue du 4 septembre - 07200 AUBENAS



Contact :

ADMR Ardèche
04 75 35 10 50 ou
07 84 20 04 25

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

Ardèche
LE DÉPARTEMENT

