

**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 :





Café des
aidants®

Bourg-en-Bresse

Nous vous donnons rendez-vous
un samedi par mois de 10h à 11h30
pour échanger autour d'un thème

PROGRAMME 2025

- 11 janvier** La reconnaissance des aidants dans la société
- 08 février** Être aidant comme je l'entends ?
- 15 mars** Respecter et partager l'intimité de mon proche
- 05 avril** Soutien, incompréhension, conflit : l'aidant, l'aidé et le reste de la famille
- 17 mai** Communiquer de façon efficace et sincère
- 21 juin** Le risque d'isolement social et affectif de l'aidant
- 13 septembre** Quand aider devient difficile : gestion du stress et des émotions de l'aidant
- 11 octobre** **Café exceptionnel (Journée Nationale des Aidants)**
- 15 novembre** Les "deuils", sur le chemin de l'accompagnement
- 6 décembre** Fêtes de fin d'année : entre joie et appréhension



À cette adresse :

ADAPA 2 rue Pavé d'Amour
01000 Bourg-en-Bresse



Contact :

07 87 07 47 78
prochesaidants@adapa01.com

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

