

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



Café des aidants[®]

BOURG-LES-VALENCE

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 :





Venez partager un café
et échanger votre expérience
un Mardi par mois (14h30/16h) :

PROGRAMME 2020



Mardi 7 janvier 2020

Qu'est-ce qu'être aidant familial ? Une notion floue

Mardi 4 février 2020

Comprendre ce qui arrive. Faire face au choc et accompagner dans la dépendance.
Comment bien vivre sa situation d'aidant ?

Mardi 3 mars 2020

Les acteurs professionnels et les aides institutionnelles sur lesquels s'appuyer

Mardi 7 avril 2020

Les plateformes de répit de notre secteur Drôme Ardèche

Mardi 5 mai 2020

La vie sociale et les amis...

Mardi 2 juin 2020

Ne pas s'oublier et prendre soin de soi. Le poids de la culpabilité

Mardi 7 juillet 2020

Quand les manifestations de la maladie augmentent...Que faire ?

Mardi 1 septembre 2020

L'organisation de la vie quotidienne

Mardi 6 octobre 2020

Des stratégies pour durer, éviter l'isolement, accepter que tout ne soit pas parfait

Mardi 3 novembre 2020

Les mesures de protection

Mardi 1 décembre 2020

Et si je ne suis plus là ?



À cette adresse :

Centre de Prévention Bien Vieillir
AGIRC ARRCO Auvergne-Rhône-Alpes
8 place Alain Bombard (accès par 84 rue Jean Bart)
26500 Bourg lès Valence



Contact :

04 72 42 16 00 (touche3)
Rendez-vous PRO BTP

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

