

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



*Café des aidants®*

**ADIAM**

L'ADIAM vous propose un moment convivial et bienveillant, qui permet de partager vos expériences, de rompre l'isolement et de se ressourcer, sans se déplacer de chez soi.

Organisé par :



Avec le soutien de :





*Café des  
aidants®*

ADIAM

Nous vous donnons rendez-vous de 14h à 15h30 autour d'un thème.

## PROGRAMME année 2023

**Vous êtes libre de participer comme vous le souhaitez, sans aucun engagement ni sur la durée ni dans le temps. Vous vous connectez quand vous voulez et à l'heure qui vous convient dans le créneau proposé.**

**Mardi 03 octobre**

Aidant : échanges et témoignages

**Mardi 12 décembre**

Prendre soin de soi : Ressources et Bien être pour les aidants



À cette adresse :

- INSCRIPTION OBLIGATOIRE par téléphone ou mail
- Un lien zoom vous sera envoyé ensuite avec les codes d'accès



Contact :

[contact@adiam.net](mailto:contact@adiam.net)  
01.42.80.34.73