

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



Café des aidants[®]

L'ARBRESLE

**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 Lundi par mois
De 14h00 à 15h30

ACCES LIBRE

PROGRAMME 2023



Lundi 30 janvier

La maladie l'a tellement changé : comment rester en lien quand on ne reconnaît plus son proche ?

Lundi 20 février

Tensions et conflits dans la relation avec mon aidé/soignants/famille...: qu'est-ce que la médiation familiale ?

Lundi 13 mars

J'accompagne mon proche malade, comment vivre tous ces sentiments que cela suscite en moi ?

Lundi 24 avril

Être aidant dans la durée. Comment ne pas s'épuiser ?

Lundi 15 mai

Quelle est ma place d'aidant(e) ? Comment accepter mes propres limites ... me faire aider ?

Lundi 12 juin

Comment me faire du bien pendant les vacances ?

Lundi 10 juillet

Face aux troubles de mon proche : que faire ? Décider à sa place ? Que lui dire, lui cacher ou lui interdire ? Comment respecter sa liberté ?

Lundi 11 septembre

Et s'il n'était plus possible que mon proche reste à domicile ?

Lundi 09 octobre

Je ne vis plus qu'au rythme de la maladie... Comment prendre soin de moi-même au quotidien ? Comment préserver les moments de détente et ma vie sociale ?

Lundi 13 novembre

Le labyrinthe des aides : par où commencer ?

Lundi 11 décembre

Retour sur l'année. Perspectives de l'année à venir



À cette adresse :

Hôtel-Restaurant LE TERMINUS
4 Place de la gare
69210 L'Arbresle



Contact :

Mme Cinquino
06 13 14 58 43

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

