

**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 :





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

PROGRAMME année 2024

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.

Mercredi 6 mars 2024

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

Mercredi 19 juin 2024

L'importance de la communication et de l'écoute dans le rôle d'aidant

Mercredi 16 octobre 2024

La gestion du stress chez 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
01.42.80.34.73