

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**du Bourbonnais**

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 :



Nous vous donnons rendez-vous, le premier mardi du mois, de 14h30 à 16h, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2023 - 1<sup>e</sup> semestre

**Mardi 3 Janvier 2023**

Comment les aidants acceptent-ils l'aide des professionnels ?

**Mardi 7 février 2023**

Avant, il/elle gérait tout.  
Comment dois-je faire en tant qu'aidant ?

**Mardi 7 mars 2023**

Les loisirs, la santé, prendre soin de soi

**Mardi 4 avril 2023**

La relation aidant / aidé, ce qui change

**Mardi 2 mai 2023**

L'éloignement des proches, l'isolement

**Mardi 6 juin 2023**

Quelles sont mes limites en tant qu'aidant ?



À cette adresse :

Château Bignon – 92 Boulevard Jean Bignon  
03160 Bourbon l'Archambault



Contact :

04 70 67 32 40  
06 33 58 68 68