

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



Café des aidants[®]

Du Lévézou

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 :





Café des
aidants®

Du Lévézou

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

PROGRAMME 2024

JEUDI 25 JANVIER 2024 de 14h à 15h30

Ma vision de l'aidant

JEUDI 29 FEVRIER 2024 de 14h à 15h30

S'autoriser une pause, un moment de répit : comment et quoi ?

JEUDI 21 MARS 2024 de 14h à 15h30

A quoi ça sert de parler de mon expérience ?

JEUDI 25 AVRIL 2024 de 14h à 15h30

Faire face à l'évolution de la dépendance ou de la maladie

JEUDI 30 MAI 2024 de 14h à 15h30

Mon épuisement, comment le dire ?

JEUDI 20 JUIN 2024 de 14h à 15h30

Le regard des autres, et si je m'en libérais ?

Lieu : Salle de réunion au 1^{er} étage à la Mairie de PONT DE SALARS
Place de la Mairie -12 290 PONT DE SALARS

*Accès libre et gratuit, ouvert à tous les aidants du Lévézou et alentours.
Pas d'engagement, on peut choisir de venir selon sa disponibilité ou le choix du thème.*

Il est recommandé de s'inscrire auprès de la Fédération ADMR : 05.65.77.22.22.



À cette adresse :

Contact : Fédération ADMR de l'Aveyron
csabatier@fede12.admr.org 05 65 77 22 22



Contact :

ADMR du Lévézou
05 65 69 71 27

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

