

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**SAINT-FELICIEN**

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 :  **ADMR**  
— pour tous, toute la vie, partout —

Avec le soutien de :  Association Française des  
**aidants**



Nous vous donnons rendez-vous  
un samedi matin par mois  
de 10h à 11h30,  
autour d'un thème

## PROGRAMME 2024

### Samedi 20 janvier

Aider un proche au quotidien : se reconnaître en tant qu'aidant

### Samedi 17 février

Où trouver de l'aide pour l'accompagnement de mon proche ?

### Samedi 16 mars

Aider par amour et/ou par devoir ?

### Samedi 20 avril

La famille, l'entourage proche : un relais, un soutien pour les aidants ?

### Samedi 25 mai

Emotions, réactions... comment les gérer ?

### Samedi 22 juin

Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre

Possibilité de venir avec la personne aidée sur inscription  
Un relais est proposé gratuitement par le collectif Kanlarelà



À cette adresse :

Auberge de St Félicien  
5 Place de Chantaroux - 07410 Saint-Félicien



Contact :

ADMR Ardèche  
0 800 07 77 77 ou  
06 81 50 19 26