

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup> de Colombes

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, un vendredi par mois, de 15h à 16h30, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2020

### • Vendredi 24 janvier

Solliciter l'aide de ses frères et sœurs et de ses proches

### • Vendredi 28 février

Trouver notre place en tant qu'aidant avec les intervenants professionnels

### • Vendredi 27 mars

Les solutions de relais, de répit. (Avec la participation d'un intervenant extérieur)

### • Vendredi 24 avril

Apprendre à dire non.

### • Vendredi 29 mai

Comment appréhender le caractère, la personnalité de mon proche qui change ?

### • Vendredi 26 juin

Comment laisser moins de place à la culpabilité ?



À cette adresse :

Café-restaurant « ETHIK Bistronomie »  
1 place Maurice Chavany 92700 Colombes



Contact :

01 47 60 43 54 ou  
01 47 60 43 55