

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



Café des aidants®

DUNIERES et ses environs

**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.

Nos partenaires :



Mairie
Montfaucon en Velay



Avec le soutien de :





**Café des
aidants®**

Dunières

Nous vous donnons
rendez-vous, 1 fois par mois,
de 9h30 à 11h, autour d'un
thème et d'un café.

PROGRAMME année 2026 - 2027

Samedi 10 Octobre 2026

Être aidant ça change ma vie !

Samedi 14 Novembre 2026

Prendre soins sans m'oublier

Samedi 12 Décembre 2026

Préserver ma santé physique et mentale

Samedi 9 Janvier 2027

M'autoriser à solliciter

Samedi 13 Février 2027

Trouver ma place entre aide, amour et responsabilités

Samedi 13 Mars 2027

Vivre les transitions et accompagner les grandes décisions

Samedi 03 Avril 2027

Gérer mon stress, ma fatigue et mes émotions

Samedi 1er Mai 2027

Respecter mon intimité

Samedi 12 Juin 2027

Repérer mes limites

Samedi 03 Juillet 2027

Préparer demain sans avoir peur



À cette adresse :

Bar-restaurant La Loko
avenue de la Clère
43220 Dunières



Contact :

06-81-94-99-92

07-81-75-38-04

07-81-93-73-58

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :



Mairie
Montfaucon en Velay

