

 Talence

Le Café des Aidants

**UN ESPACE DE SOUTIEN
POUR LES PROCHES AIDANTS**

Être proche aidant, que ce soit pour un conjoint, un parent, un enfant ou un ami, est un **engagement quotidien**, souvent intense et parfois source d'isolement.

Pour **offrir un moment de répit, d'écoute et de partage** à celles et ceux qui accompagnent au quotidien un proche en perte d'autonomie, **le Café des Aidants ouvre ses portes** dans un cadre chaleureux et bienveillant.

Un rendez-vous pour souffler, échanger, s'informer

 Talence
SOLIDARITÉS Association Française des
aidants

talence.fr

Le 6 juin 2025, à l'occasion de la journée de lutte contre l'isolement des seniors, le CCAS de la Ville de Talence a signé officiellement son partenariat avec l'association française des aidants, permettant de confirmer la dynamique déjà amorcée depuis plusieurs années de déployer des cafés des aidants sur l'ensemble du territoire.

LE CAFÉ DES AIDANTS, C'EST :

- Un **RENDEZ-VOUS RÉGULIER** où les aidants peuvent se retrouver autour d'un café, dans un cadre chaleureux.
- Un **ESPACE D'ÉCOUTE ET DE PARTAGE** pour exprimer son vécu, ses difficultés et ses émotions sans jugement.
- L'occasion de rompre l'isolement, de rencontrer des professionnels et d'accéder à des conseils concrets pour **MIEUX VIVRE SON RÔLE D'AIDANT**.

POURQUOI PARTICIPER ?

- Pour **ÉCHANGER** avec d'autres aidants confrontés à des situations similaires.
- Pour trouver un **SOUTIEN MORAL ET DES CONSEILS** pratiques adaptés à votre situation.
- Pour **PRENDRE SOIN DE VOUS**, dans un cadre apaisant et sans pression.
- Pour **DÉCOUVRIR LES AIDES** existantes et mieux vous orienter au quotidien.

BEL AIR

Tous les 1^{er} mercredis du mois à partir de janvier aux dates suivantes :

- **MERCREDI 7 JANVIER** —————
Mes bonnes résolutions d'aidant
- **MERCREDI 4 FÉVRIER** —————
Une mesure de protection juridique : est-ce nécessaire ?
- **MERCREDI 4 MARS** —————
Mieux comprendre mon proche pour mieux l'accompagner

- **MERCREDI 1^{ER} AVRIL** —————
Aider un proche : quand l'éthique s'invite dans le quotidien
- **MERCREDI 6 MAI** —————
L'entrée en structure : à quel moment ?
(Echanges)
- **MERCREDI 3 JUIN** —————
Souhaitons-nous un bon été !

Un rendez-vous mensuel à la Résidence Autonomie Bel Air de 15h à 16h30

(Aidants seniors, les aidants peuvent venir avec leurs aidés qui bénéficieront d'un temps d'accueil adapté.)

7 RUE GEORGES POMPIDOU, TALENCE

Pour plus d'informations

vous pouvez contacter les référents du Café des Aidants aux coordonnées suivantes

Bel Air (service autonomie) : **05 56 84 78 75**