

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



Café des aidants[®]

De La Roquebrussanne

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 d'accès.

Organisé par :

**Familiales
rurales**
Vivre mieux !
Association
de Garéout

Avec le soutien de :

Association Française des
aidants



Café des
aidants®

De La
Roquebrussanne

Nous vous donnons rendez-vous,
un mardi par mois,
De 18h00 à 19h30, autour d'un
thème.

PROGRAMME 2020/2021

Mardi 1 septembre 2020

Qu'est-ce qu'un aidant ?

Mardi 6 octobre 2020

L'entourage familial, la place de chacun

Mardi 3 novembre 2020

Les dispositifs d'aides sociales et financières

Mardi 1 décembre 2020

Aider sans s'épuiser. Evaluer ses limites

Mardi 5 janvier 2021

Rechercher et préserver un équilibre : vers qui se tourner quand je suis aidant ?

Mardi 2 février 2021

Comprendre et s'adapter à l'évolution de la maladie de son proche

Mardi 9 mars 2021

Diversifier les moyens de communication avec son proche

Mardi 13 avril 2021

Evaluer ses propres forces et limites. Que faire ?

Mardi 18 mai 2021

Les sujets « Tabous » dans la relation d'aide

Mardi 8 juin 2021

Et en guise de bilan : que tirer de positif de cette aventure ?

Mardi 8 juillet 2021

Bilan



À cette adresse :

« Korian La Provençale »
34 Rue du Moulin 83136 La Roquebrussanne



Contact :

04 94 04 86 65.
asso.gareoult@
famillesrurales.org

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

