



L'entrée est libre et gratuite.

Cette action vous est proposée par



Familles rurales de Garéoult
10 boulevard de la Libération
83136 Garéoult
Tel 04 64 04 86 65

E-mail : social.gareoult@famillesrurales.org

Nos partenaires :



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.



**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

Aider un proche au quotidien

Mardi 3 novembre 2020

L'entourage familial, la place de chacun

Mardi 1 décembre 2020

Les dispositifs d'aide sociales et financières

Mardi 5 janvier 2021

Aider sans s'épuiser, évaluer ses limites

Mardi 2 février 2021

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

Mardi 9 mars 2021

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

Mardi 13 avril 2021

Diversifier les moyens de communication avec son proche

Mardi 18 mai 2021

Évaluer ses propres forces et limites, que faire ?

Mardi 8 juin 2021

Les sujets « TABOUS » dans la relation d'aide

Mardi 6 juillet 2021

Bilan : que tirer de positif de cette aventure ?

Exposé du thème suivi d'un échange animé par
Mme Servanne DECHAUX, travailleur social
Mme Cynthia MERIGAUD, psychologue



À cette adresse :

« Maison de retraite Korian La Provençale »
34 Rue du Moulin 83136 LA ROQUEBRUSSANNE



Contact :

Familles Rurales
04 94 04 86 65