

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



Café des aidants®

**Itinérant
Rousset / Trets**

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'échanges et d'information en libre d'accès.

Organisé par :



Avec le soutien de :

La CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du bel âge.



Nous vous donnons rendez-vous, un Mercredi par mois, de 10h à 11h30, en alternance entre Rousset et Trets.

PROGRAMME 2024-2025

Rousset

Mercredi 25 septembre

Aider sans s'épuiser

Mercredi 27 novembre

Où trouver de l'aide pour que mon proche soit bien accompagné ?

Mercredi 29 janvier

Comment accompagner le passage en institution ?

Mercredi 26 mars

L'entourage familial, la place de chacun

Mercredi 28 mai

Evaluer ses propres forces et limites

Trets

Mercredi 16 octobre

Le statut d'aidant : mes besoins, mon rôle

Mercredi 18 décembre

Comment envisager les fêtes avec ou sans mon proche ?

Mercredi 26 février

Mes droits en tant qu'aidant

Mercredi 30 avril

Aider un proche au quotidien sans m'oublier

Mercredi 25 juin

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

Rencontres ouvertes à tous les habitants de toutes les communes



À cette adresse :

Médiathèque René Char
Place Pierre Long,
13790 Rousset

Pôle Solidarité
4 cours Esquiros
13530 Trets



Contact :

Provence Santé
Coordination
04 42 642 642

Le *Café des aidants* est soutenu par nos partenaires :

