

## DEUX RENCONTRES SIMULTANÉES

### Pour les proches-aidants

Pauses café animées par le **psychologue**  
de l'Association familiale intercantonale

#### Les objectifs :

- Rencontrer d'autres aidants
- Partager votre expérience et vos interrogations
- Trouver des informations et conseils
- Prévenir votre épuisement

### Pour les proches-aidés

**Vous pouvez venir accompagné(e) de votre proche.** Il sera accueilli, dans une **salle attenante** à celle des pauses café, par des professionnels spécialisés (aides-soignants et auxiliaires de vie sociale).

**Les activités** (chant, musique, ateliers d'expression, ...) sont adaptées en fonction des souhaits et des capacités de chacun.

#### Les objectifs :

- Se faire plaisir
- Maintenir les liens sociaux

## LIEU

**Office du Tourisme de Fronton**  
**Château de Capdeville**  
140 Allée du Château  
31620 Fronton



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

### Plateforme des aidants AFC

**Tel :** 05 61 84 30 69

**Mail :** [plateforme@afc31.fr](mailto:plateforme@afc31.fr)

### CCAS de Fronton

Laura Lagleyze

**Tel :** 05 62 79 92 14

**Mail :** [ccas@mairie-fronton.fr](mailto:ccas@mairie-fronton.fr)

## PAUSES CAFE DES AIDANTS

# 2020



## A FRONTON

**Une rencontre par mois**  
**Les Vendredis**  
**De 14h30 à 16h30**

**Rencontres gratuites**  
**Destinées aux familles et proches**  
**de personnes en perte**  
**d'autonomie**

**afc**  
association familiale  
intercantonale



# Dates et Thèmes



**Vendredi 31 Janvier 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Quand notre relation bascule en  
relation soignant-soigné

**Vendredi 28 Février 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Ma vie d'avant me manque

**Vendredi 27 Mars 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

La chute chez le sujet âgé :  
prévention et suivi

**Vendredi 24 Avril 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Je soutiens mon proche mais  
quel soutien je reçois ?

**Vendredi 29 Mai 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Comment adapter son repas ?

**Vendredi 26 Juin 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Quels sont mes droits et mes  
aides ? (APA, PCH)

**Vendredi 31 Juillet 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Comment faire face à l'avenir ?

**Vendredi 25 Septembre 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Notre relation conjugale à l'épreuve :  
Intimité et maladie

**Vendredi 30 Octobre 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Comment protéger les biens  
de mon proche ?  
(habilitation familiale, tutelle et curatelle)

**Vendredi 27 Novembre 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Quand nos chemins se séparent :  
l'entrée en institution

**Vendredi 18 Décembre 2020**  
**De 14h30 à 16h30**

Et si nos malades nous  
apprenaient quelque chose ?