

## DEUX RENCONTRES SIMULTANÉES

### Pour les proches-aidants

Pauses café animées par la **psychologue** de la plateforme d'accompagnement des aidants de l'AFC

#### 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 :

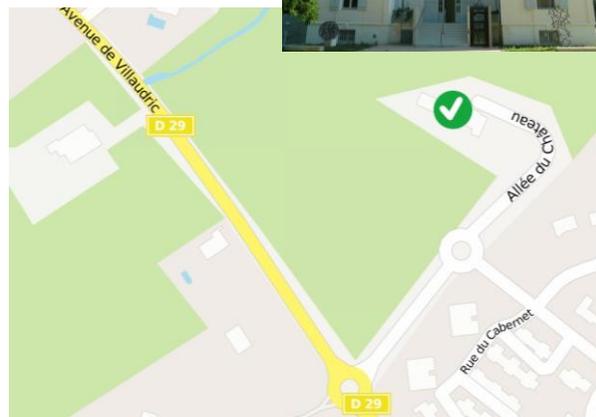
- Se faire plaisir
- Maintenir les liens sociaux

**Un entretien préalable** sera effectué par la coordinatrice ou la psychologue.

## 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**

**Tel :** 05 62 79 92 14

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

**afc**  
association familiale  
intercantonale



## PAUSES CAFE DES AIDANTS

# 2021



## 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



# Dates et Thèmes



**Vendredi 29 Janvier 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Investir une nouvelle relation  
avec mon proche**

**Vendredi 26 Février 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Partenariat entre familles  
et professionnels :  
L'accès à l'APA**

**Vendredi 26 Mars 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Lorsque la maladie nous isole**

**Vendredi 30 Avril 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Je n'arrive pas à prendre  
de décisions à place**

**Vendredi 28 Mai 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Ma maison se transforme en  
Hôpital**

**Vendredi 25 Juin 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Quand faut-il penser à  
l'EHPAD ?**

**Vendredi 23 Juillet 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Quelles sont les limites de  
ma bienveillance envers  
mon proche ?**

**Vendredi 24 Septembre 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Comment réagir face aux  
troubles du comportement ?**

**Vendredi 29 Octobre 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Notre relation conjugale à  
l'épreuve : Intimité et maladie**

**Vendredi 26 Novembre 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**J'ai peur que mon proche  
ne me reconnaisse plus**

**Vendredi 17 Décembre 2021**  
**De 14h30 à 16h30**

**Renouer avec la notion de  
plaisir d'être ensemble**