

## 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 qui sera accueilli, dans une salle attenante, 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 VENDREDI PAR MOIS

Château de Capdeville  
40 allée du château  
31620 FRONTON



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Plateforme des aidants AFC

05 61 84 30 69

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



# PAUSE CAFE DES AIDANTS 2023



A FRONTON

# DATES ET THEMES 2023



VENDREDI 27 JANVIER  
DE 14H30 À 16H30

---

J'ai peur que mon proche ne  
me reconnaisse plus

VENDREDI 24 FÉVRIER  
DE 14H30 À 16H30

---

Accepter cette nouvelle vie  
que nous n'avons pas choisi

VENDREDI 24 MARS  
DE 14H30 À 16H30

---

Je me sens devenir le parent  
de mon propre parent

VENDREDI 28 AVRIL  
DE 14H30 À 16H30

---

Lorsque la maladie  
nous isole

VENDREDI 26 MAI  
DE 14H30 À 16H30

---

Je suis toujours sur  
le qui-vive,  
Comment lâcher prise ?

VENDREDI 30 JUIN  
DE 14H30 À 16H30

---

Quel partenariat possible avec  
les professionnels ?

VENDREDI 28 JUILLET  
DE 14H30 À 16H30

---

Je ne comprends plus mon  
proche : comment préserver  
notre relation ?

VENDREDI 29 SEPTEMBRE  
DE 14H30 À 16H30

---

Quand le maintien à domicile  
montre ses limites

VENDREDI 27 OCTOBRE  
DE 14H30 À 16H30

---

Amour et maladie : Comment  
vivre avec cet autre lui/elle ?

VENDREDI 24 NOVEMBRE  
DE 14H30 À 16H30

---

Je me sens tiraillé entre  
mon devoir et mon  
besoin de liberté

VENDREDI 15 DÉCEMBRE  
DE 14H30 À 16H30

---

Renouer avec la notion de  
plaisir d'être ensemble