

DEUX RENCONTRES SIMULTANÉES

Pour les proches aidants

Un espace d'écoute, de partage et de réflexion entre proches aidants, animé 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
- Préserver les liens et prévenir votre épuisement
- Rompre l'isolement



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
- Vivre un moment de convivialité
- Rompre l'isolement

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



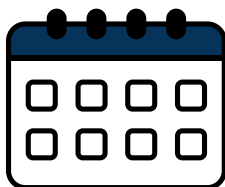
PAUSE CAFE DES AIDANTS 2026 - 2027

PARCE QUE PRENDRE SOIN D'UN PROCHE,
C'EST AUSSI PRENDRE SOIN
DU LIEN QUI VOUS UNIT



A FRONTON

DATES ET THEMES 2026-2027



**VENDREDI 18 SEPTEMBRE
DE 14H30 À 16H30**

Quand la maladie nous oblige
à vivre autrement

**VENDREDI 16 OCTOBRE
DE 14H30 À 16H30**

Continuer à être un couple
malgré deux lieux de vie
différents

**VENDREDI 27 NOVEMBRE
DE 14H30 À 16H30**

Les aides professionnelles :
accompagner les transitions
du parcours (SSIAD-SAAD)

**VENDREDI 18 DÉCEMBRE
DE 14H30 À 16H30**

Le deuil blanc : lorsque le
proche devient peu à peu
différent

**VENDREDI 22 JANVIER
2026
DE 14H30 À 16H30**

Les approches non
médicamenteuses : préserver
les liens malgré la maladie
(ESA)

**VENDREDI 26 FÉVRIER
DE 14H30 À 16H30**

Après le décès : retrouver une
place, reconstruire un
quotidien

**VENDREDI 26 MARS
DE 14H30 À 16H30**

Prendre soin de soi après des
années d'accompagnement

**VENDREDI 30 AVRIL
DE 14H30 À 16H30**

Les liens familiaux après
l'entrée en EHPAD

**VENDREDI 28 MAI
DE 14H30 À 16H30**

Que reste-t-il de notre histoire
? Mémoire, identité et
transmission

**VENDREDI 25 JUIN
DE 14H30 À 16H30**

Ce que le parcours de proche
aidant nous apprend de nous-
mêmes

Un déjeuner sera organisé avant
la Pause-Café

**IL N'Y AURA PAS DE PAUSE CAFÉ
DES AIDANTS SUR LES MOIS DE
JUILLET ET AOUT,
RENDEZ-VOUS LE 24 SEPTEMBRE
DE 14H30 À 16H30**
