

# Vous êtes un ou une aidant-e

## Participez aux rencontres des aidants familiaux



Vous aidez quotidiennement une personne de votre famille en situation de dépendance : une équipe de professionnels est là pour vous soutenir.

### Pour qui ?

Vous êtes une personne aidant un proche malade et/ou porteur de handicap et/ou ayant des troubles du comportement.

Vous vous sentez isolé et parfois démuni.

Des professionnels proposent de vous informer et vous permettent d'échanger avec d'autres aidants.

### Dans quel but ?

- Pouvoir partager vos expériences
- Prendre un moment de pause dans votre accompagnement
- Chercher des réponses aux problèmes rencontrés
- Prendre du recul par rapport à la situation
- Ecouter le témoignage des autres
- Rechercher de nouvelles pistes pour améliorer l'accompagnement

# Vous êtes invité à participer aux 5 rencontres

à l'Espace Claude Levi-Strauss,  
Place du soleil à Juvignac  
de 14 h à 16 h

- 1<sup>re</sup> rencontre    jeudi 11 janvier 2024
- 2<sup>de</sup> rencontre    jeudi 18 janvier 2024
- 3<sup>e</sup> rencontre     jeudi 25 janvier 2024
- 4<sup>e</sup> rencontre     jeudi 1<sup>er</sup> février 2024
- 5<sup>e</sup> rencontre     jeudi 8 février 2024 (bilan)

Ces temps de rencontre sont coanimés par 2 assistantes sociales du service social, des agents du service médical et le centre d'examen de santé de l'Assurance Maladie, avec la participation de France Alzheimer.

## Participation

Libre et gratuite

## Inscription

fabienne.fort@carsat-lr.fr    ou    anne.guyot@carsat-lr.fr

## Comment vous y rendre ?

- En Tram > Ligne 3, arrêt Juvignac (terminus)
- En Bus > Ligne 25, arrêt Juvignac