

# Vous accompagnez une personne dépendante ?

Quels que soient son âge, sa pathologie, son handicap !  
**Faites vous aider pour mieux aider votre proche**



Près de chez vous en alternance entre **Rousset et Trets**,  
Participez à un moment de partage avec des professionnels

Un mercredi matin par mois

Participation  
gratuite

Renseignements et  
Inscription au  
**04.42.642.642**



## Programme 2026

### Rousset

#### Mercredi 28 janvier

Comment réinventer le lien affectif avec mon proche ?

#### Mercredi 25 mars

L'entourage familial, la place de chacun

#### Mercredi 29 avril

Aider un proche au quotidien sans m'oublier

#### Mercredi 24 juin

Et en guise de bilan : que tirer de positif dans cette aventure ?

### Trets

#### Mercredi 11 février

Mes droits en tant qu'aidant

#### Mercredi 27 mai

Evaluer ses propres forces et limites

