



LE DÉPARTEMENT



# MAISON DÉPARTEMENTALE DES AIDANTS

CAFÉ DES AIDANTS • CŒUR DU VAR

PARTOUT, POUR TOUS, LE VAR ACTEUR DE VOTRE QUOTIDIEN



**Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ?**

## CAFÉ DES AIDANTS • CŒUR DU VAR

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

### PROGRAMME 2019

**Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de 9 h 30 à 11 h, autour d'un thème.**

#### JEUDI 17 JANVIER

Qu'est ce qu'être aidant ?

#### JEUDI 21 FÉVRIER

Aider un proche au quotidien

#### JEUDI 21 MARS

Les différentes aides sociales (avec la participation d'une assistante sociale)

#### JEUDI 18 AVRIL

Etre aidant, quelle conséquence sur ma santé ?

#### JEUDI 16 MAI

Comment concilier vie d'aidant et vie sociale

#### JEUDI 20 JUIN

Trouver du temps pour soi quand on est aidant

#### JEUDI 19 SEPTEMBRE

Il/elle est tellement différent, comment faire le deuil ?

#### JEUDI 17 OCTOBRE

Quelles clés pour maintenir une communication avec son proche ?

#### JEUDI 21 NOVEMBRE

Passer le relais, quand, comment ?

#### JEUDI 19 DÉCEMBRE

L'entrée en institution, choix éclairé ou imposé ?

### CONTACT

Maison départementale des aidants  
Hôpital local départemental  
Qu. Précoumin - Rte de Toulon - 83340 Le Luc  
Tél. 06 48 56 01 57 - maisondesaidants@var.fr



Avec le soutien de



Organisé par le Département

