

# 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 **Trets et Rousset**,  
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 2025

### Rousset

**Mercredi 29 janvier**

Comment accompagner le passage en institution ?

**Mercredi 26 mars**

L'entourage familial, la place de chacun

**Mercredi 28 mai**

Evaluer ses propres forces et limites

### Trets

**Mercredi 26 février**

Mes droits en tant qu'aidant

**Mercredi 30 avril**

Aider un proche au quotidien sans m'oublier

**Mercredi 25 juin**

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

