



**Nous vous donnons RDV 1 jeudi par mois
de 10h à 11h30 autour d'un thème**

PROGRAMME 2024/2025

Jeudi 3 octobre 2024

Aider un proche au quotidien

Jeudi 7 novembre 2024

Les sujets « TABOUS » dans la relation d'aide

Jeudi 5 décembre 2024

Les dispositifs d'aide sociales et financières

Jeudi 9 janvier 2025

Aider sans s'épuiser, évaluer ses limites

Jeudi 6 février 2025

Rechercher et préserver un équilibre
vers qui se tourner quand je suis aidant

Jeudi 6 mars 2025

Comprendre et s'adapter à l'évolution de la
maladie de son proche

Jeudi 3 avril 2025

Diversifier les moyens de communication avec
son proche

Jeudi 15 mai 2025

Evaluer ses propres forces et limites,
que faire ?

Jeudi 5 juin 2025

L'entourage familial, la place de
chacun

Jeudi 3 juillet 2025

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

Exposé du thème suivi d'un échange animé par Mme Sanna Delphine, travailleur social / Mme Cynthia MERIGAUD, psychologue