

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



Café des aidants[®]

**Itinérant
Rousset / Trets**

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

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps convivial d'échanges et d'information en libre d'accès.

Organisé par :



Avec le soutien de :



La CNSA dans le cadre de la conférence
des financeurs de la prévention de la perte
d'autonomie du bel âge.





**Café des
aidants®**

Rousset / Trets

Nous vous donnons rendez-vous,
un **Mercredi** par mois,
de **10h à 11h30**, en alternance
entre **Rousset** et **Trets**.

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 25 février

Mes droits en tant qu'aidant

Mercredi 27 mai

Evaluer ses propres forces et
limites

Rencontres ouvertes à tous les habitants de toutes les communes



À cette adresse :
Médiathèque René Char
Place Pierre Long
13790 Rousset

Pôle Solidarité
4 cours Esquiros
13530 Trets



Contact :
Provence Santé
Coordination
04 42 642 642

Le *Café des aidants* est soutenu
par nos partenaires :



AG2R LA MONDIALE



ROUSSET