

# Informations

*Entrée libre,  
sans réservation.*

*Consommation  
(café ou thé...)  
offerte aux participants.*

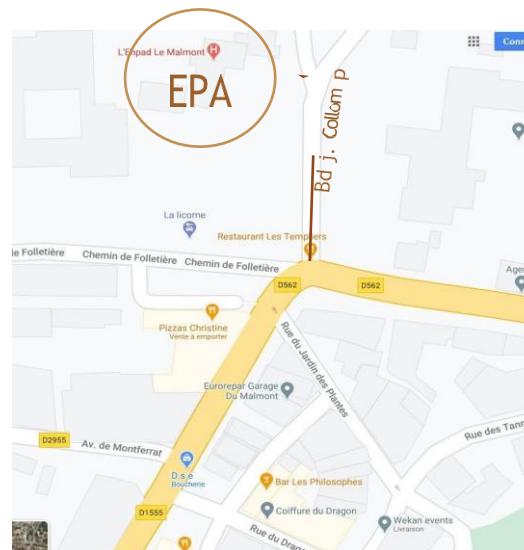
**04.94.50.62.65**  
**Sarah.hardy@ch-draguignan.fr**

*Parking sur site*

## Où ?

*Salle de réunion (niv -1)  
Etablissement Personnes  
Agées site du Malmont*

*Bd Joseph  
COLLOMP 83300  
DRAGUIGNAN*



## Café des aidants en Dracénie



## Année 2026

10 rencontres  
thématiques à  
destination des aidants  
familiaux



# Le Café des aidants en Dracénie

*Vous vous sentez concerné  
de près ou de loin  
par la maladie d'un proche et  
son accompagnement?*

*Venez nous retrouver autour  
d'une tasse de café, dans  
un lieu convivial, où votre  
parole, vos questions, et vos  
témoignages ont toute leur  
place. L'atmosphère qui règne  
dans un café des aidants  
permet de ne plus se sentir  
seul face à l'accompagnement,  
et d'échanger.*

**SE RENCONTRER !**  
**EN PARLER !**  
**AVANCER !**

*Là se trouvent  
les objectifs des rencontres ...*

## Quand ?

*Mercredis... 14h à 16h*

**21 janvier**

Un quotidien, une autonomie et  
des outils (intervention  
ergothérapeute EMGEH)

**11 février**

Les aides extérieures : une question  
d'acceptation ?

**18 mars**

Les signes de l'épuisement : repérage pour  
éviter les risques

**15 avril**

Je suis aidant, je suis son repère

**20 mai**

De conjoint à aidant : trouver un  
nouvel équilibre

**17 juin**

Le rôle des proches, entre  
soutien et incompréhension

**16 septembre**

La place du diagnostic : entre  
soulagement et bouleversement

**14 octobre**

Accompagner aujourd'hui et anticiper  
demain

**18 novembre**

Détecter ses propres limites

**16 décembre**

Se préserver, penser à soi : par quels  
moyens ?

## Pour Qui ?

*Pour tous ceux qui souhaitent  
échanger autour d'un café,  
sur les sujets proposés.*

## Animé Par Qui ?

*Une psychologue et une  
assistance sociale du pôle  
de gériatrie du centre hospitalier  
de la Dracénie*

*Participation  
de l'association SEL' AVENIR*

*Partenaires :*

Lions Club Doyen  
Lions Club St Hermentaire  
de Draguignan