

Paroles d'aidants

CARMAUX - ALMAYRAC

*Pour se rencontrer, échanger
entre aidants*

Un espace de paroles autour
de vos questionnements,
de vos expériences d'aidant·es
auprès d'une personne âgée
de plus de 60 ans



1 JEUDI / MOIS - DE 14H À 16H

Contact : Muriel FOURNIER - 06 02 27 36 26

Un espace de parole animé par une psychologue

Paroles d'aidants

PROGRAMME DES RENCONTRES 2022/2023



à Carmaux	à Almayrac	Thèmes
JEUDI 15 SEPTEMBRE 2022 de 14h à 16h	JEUDI 22 SEPTEMBRE 2022 de 14h à 16h	Qu'est-ce que le quotidien d'un aidant ou d'une aidante ? Se repérer, s'accepter aidant·e Le Covid-19 a-t-il changé quelque chose pour vous ?
JEUDI 6 OCTOBRE 2022 de 14h à 16h	JEUDI 20 OCTOBRE 2022 de 14h à 16h	Être aidant·e et continuer à prendre soin de soi. Aider sans s'épuiser.
JEUDI 10 NOVEMBRE 2022 de 14h à 16h	JEUDI 24 NOVEMBRE 2022 de 14h à 16h	« On ne se comprend plus » « On ne se parle plus » La communication à l'épreuve de la maladie
JEUDI 8 DÉCEMBRE 2022 de 14h à 16h	JEUDI 15 DÉCEMBRE 2022 de 14h à 16h	Comment conjuguer le temps des fêtes et la maladie et/ou l'accompagnement ?
JEUDI 5 JANVIER 2023 de 14h à 16h	JEUDI 19 JANVIER 2023 de 14h à 16h	Gérer ses émotions pour une relation d'aide apaisée
JEUDI 2 FÉVRIER 2023 de 14h à 16h	JEUDI 16 FÉVRIER 2023 de 14h à 16h	« Je n'ose pas en parler... je ne voudrais pas que l'on pense que je me plains »
JEUDI 16 MARS 2023 de 14h à 16h	JEUDI 30 MARS 2023 de 14h à 16h	« Suis-je devenu·e plus fragile et plus dur·e ? » Comment vivre avec ses contradictions ?

Gratuit & sans inscription

Lieux

ALMAYRAC : Mairie d'Almayrac (Le Bourg)

CARMAUX : Polyclinique Sainte Barbe
2 av. de Neckarsulm

Contact

Muriel FOURNIER - Psychologue : 06 02 27 36 26