



PRÉVENTION, SOLIDARITÉ

Le café des aidants : programme

Le CCAS de Lescar organise tous les deuxièmes vendredis de chaque associatif, un café des aidants.

10 > **12**
JANV. DÉC.

🕒 15h30 à 17h00

📍 L'INSTANT

L'ESTANQUET RUE DU PONT LOUIS
LESCAR

Le Café des aidants est un temps et un lieu d'information, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial.

Il est co-animé par une psychologue et un travailleur social. Il permet un soutien psychologique ou encore d'être orienté vers les dispositifs existants afin d'être aidé. C'est aussi l'occasion de sortir de son quotidien, de partager des expériences entre aidants de manière à rompre l'isolement et à prévenir les risques d'épuisement.

Prochaines dates

Vendredi 10 janvier Aider sans s'épuiser

Vendredi 14 février Quels besoins et quels droits pour les aidants ?

Vendredi 14 mars Avec moi, son comportement est différent. Pourquoi ?

Vendredi 11 avril Comment faire face à l'évolution de la maladie de mon proche ?

Vendredi 16 mai Et ma propre santé dans tout ça ?

Vendredi 13 juin Où trouver de l'aide pour que mon proche soit bien accompagné ?

Vendredi 11 juillet Les relations avec les professionnels : trouver sa place, trouver un équilibre

Vendredi 12 septembre Continuer à vivre sa vie quand on est aidant

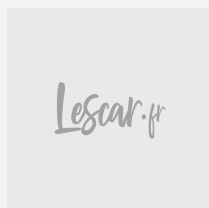
Vendredi 10 octobre Les limites du maintien à domicile

Vendredi 14 novembre Aménagement du logement : des solutions existent

Vendredi 12 décembre Les richesses de la relation d'aide



VOUS POURRIEZ ÊTRE INTÉRESSÉ PAR

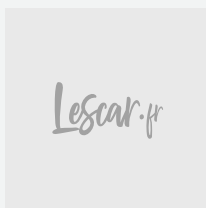


03 > 07
FÉVR. MARS

LOISIRS, SOLIDARITÉ

Février au Centre socioculturel

📍 CENTRE SOCIOCULTUREL
COMPLEXE VICTOR-HUGO RUE
MAURICE RAVEL
64230 LESCAR



24 > 07
FÉVR. MARS

ENFANCE - JEUNESSE,
LOISIRS, SOLIDARITÉ

Les vacances d'hiver au Centre socioculturel

📍 CENTRE SOCIOCULTUREL
COMPLEXE VICTOR-HUGO RUE
MAURICE RAVEL
64230 LESCAR



Hôtel
de
ville
Allée du
Bois
d'Ariste

64230
Lescar
05 59 81
57 00

HORAIRES

:
Lundi au
Vendredi
de 8h30 à
12h et de
13h30 à
17h