

Vous accompagnez une personne dépendante ?

Quels que soient son âge, sa pathologie, son handicap !
Faites vous aider pour mieux aider votre proche



Près de chez vous à **Sisteron**,
Participez à un moment de partage avec des professionnels
Un vendredi après-midi par mois,
de 14h30 à 16h30

Participation
gratuite

Renseignements et
Inscription au
04.42.642.642



Programme 2025-2026

Vendredi 12 septembre 2025

L'équilibre entre aider et être aidé

Vendredi 3 octobre 2025

La maladie change mon proche : Emotions, réactions

Vendredi 7 novembre 2025

Pourquoi et comment faire appel à un ergothérapeute ?

Vendredi 5 décembre 2025

La vérité est-elle toujours bonne à dire ?

Vendredi 9 janvier 2026

L'alimentation équilibrée pour tous

*avec une diététicienne

Vendredi 6 février 2026

Mes angoisses et/ou celles de mon proche

