

## « Camélias et vous »

*accompagne les aidants familiaux*

**Vous aidez** un proche de plus de 60 ans en perte d'autonomie et vous cherchez des informations ou du soutien pour faire face à cette situation ?

Pour vous aider, la résidence Les Camélias de Cabestany organise des **ateliers conviviaux gratuits** et animés par des professionnels :

- Séances de relaxation
- Groupe de partage d'expérience
- Ateliers aidants / aidés
- Sessions d'information et de sensibilisation
- Moments conviviaux

*Pour permettre aux aidants de participer aux ateliers nous contribuons aux frais de suppléance à domicile (10€ par heure de participation). Contactez-nous pour plus de renseignements.*

**Sarah BELTRAN**  
Psychologue Camélias et vous  
(Soutien aux aidants)

**Ligne téléphonique : 04 68 66 16 16**  
[cameliasetvous@lna-sante.com](mailto:cameliasetvous@lna-sante.com)

## « Camélia et vous »

# Programme de FEVRIER 2026

**Vous aidez un proche de plus de 60 ans en perte d'autonomie et vous cherchez des informations ou du soutien pour faire face à cette situation ?**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2	<b>Relaxation guidée (15h – 16h) CLARICIA</b>	3	4	5
9			<b>Session d'information : Comment faire face à des troubles du comportement ? (15h-16h30)</b>	12
16	<u>Avec ou sans proche</u> <b>Dans libre (15h-16h30)</b> 	17	18	<b>Relaxation sonore (15h – 16h) CLARICIA</b> 
23	<b>Groupe de photolangage (14h30 – 16h30)</b>	24	25	26
				27

Pensez à vous inscrire par mail à [cameliasetvous@lna-sante.com](mailto:cameliasetvous@lna-sante.com) ou au

**04.68.66.16.16**

