

« *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

« *Camélias et vous* »

Programme de MARS 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	Relaxation guidée (15h – 16h) CLARICIA	3	4	5
9	10	11	12	13
16	Groupe de photolangage (14h30 – 16h30)	17	 <u>Avec ou sans proche :</u> <u>Atelier chocolat</u>	18
23	<u>Avec ou sans proche</u> Danse libre (15h-16h30) 	24	 Relaxation sonore (15h – 16h) CLARICIA	25
30	31			

Pensez à vous inscrire par mail à cameliasetvous@lna-sante.com ou au **04.68.66.16.16**