



Bruxelles
Soutenu par la COCOF

JANVIER 2018

**AIDANTS PROCHES BRUXELLES
VOUS SOUHAITE
UNE BONÉE ANNÉE**



INFO

L'année écoulée, de nombreux aidants proches ont accepté de nous partager leurs **témoignages**. Venez les découvrir sur notre site. Si vous désirez également partager votre vécu d'aidant, contactez-nous à info@aidantsproches.brussels ou au 02 474 02 44.

FOCUS: la prise de recul



Pour éviter le burn-out, les aidants proches doivent savoir prendre du recul, s'entourer et déléguer certaines tâches du quotidien.

La Libre s'est penché sur le sujet et vous propose 5 conseils pour éviter le burn-out.

[LIRE L'ARTICLE](#)



Votre soutien est le bienvenu !

Vous adhérez aux projets de notre association et souhaitez nous soutenir ? Pourquoi ne pas nous **faire un don** ?

[VOIR SITE](#)

SAVE THE DATE



La Journée Autonomie à domicile

aura lieu le 23 janvier prochain à Flagey.
Ne tardez plus à vous inscrire !

[EN SAVOIR PLUS](#)



Bruxelles

Soutenu par la COCOF

AIDANTS PROCHES - BRUXELLES

Boulevard de Smet de Naeyer 578
1020 Bruxelles

Tél. : 02 474 02 44
GSM : 0493 78 18 76

Email : info@aidantsproches.brussels
N° entreprise : 0632653202