



*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](mailto: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](mailto:info@aidantsproches.brussels)  
**N° entreprise** : 0632653202