

Les vacances d'été ont bel et bien commencé. À l'ASBL, nous sentons le calme revenir : moins d'appels sur la ligne d'écoute, moins de demandes réseau, peu de sensibilisations ou de rendez-vous à l'extérieur, etc. Et c'est une bonne chose pour reprendre son souffle ! C'est ce que nous souhaitons également à tous les aidants proches.

Activités de l'été





ACCUEIL CET ÉTÉ

JUILLET
10/07 - 15H à 18H

AOÛT
21/08 - 15H à 18H

PAS D'INSCRIPTION - GRATUIT

VENEZ DISCUTER EN TOUTE SIMPLICITÉ

LIEU : BD DE SMET DE NAEYER 578 1020 LAEKEN

02/474.02.55

Habituellement, nos activités cessent pendant l'été. Mais certains aidants proches ont exprimé leur déception de voir de multiples lieux en arrêt pendant les mois d'été et la solitude qui pouvait en découler ... Nous avons donc prévu deux temps d'accueil : un en juillet et l'autre en août.

Ce sont des temps complètement libres : vous venez quand vous voulez entre 15h et 18h, vous restez le temps que vous voulez, c'est gratuit et sans inscription.

Toutes les informations importantes se trouvent sur le visuel mais si vous avez des questions, contactez-nous au 02/474.02.55.

Un partage créatif



Florence, coordinatrice à l'ASBL partage chaque mois, sur notre page Facebook, une publication plus créative pour parler des aidants proches. Voici celle du mois de juin :

"Une demi-heure de méditation est essentielle sauf quand on est très occupé. Alors une heure est nécessaire " - Saint François De Sales

En ce début d'été, qui fait suite à une fin d'année chargée pour certains, nous vous partageons cette citation.

Nous nous questionnons sur la place du vide, du repos, de la méditation, du silence, de la respiration ou de la prière pour certains.

Ces derniers mois ont été chargés pour l'asbl Aidants Proches Bruxelles qui a eu ces discussions afin d'essayer de mieux équilibrer l'énergie, le travail et le repos. Question difficile et pourtant importante sur le long terme.

Et vous, est-ce que parfois le rythme change passant d'un rythme rapide où l'on accomplit beaucoup de choses à un rythme plus lent où l'on se ressource ? Est-ce que cette alternance existe ? Y'a t-il de l'espace pour cela ?

Qu'est ce qui ressource une personne ? Multitude de réponses, dépendant de la sensibilité de chacun.

Quels sont les freins qui rendent difficiles l'accès à cela ? Ces « temps calmes » peuvent faire surgir des pensées difficiles parfois ou des inquiétudes. Est-ce que cela peut bloquer pour essayer ?

Nous n'avons pas de réponse, nous sommes en chemin comme vous !

Mais si vous voulez en discuter et réfléchir ensemble, la ligne d'écoute téléphonique est aussi là pour ça ! 02 474 02 55
Bon été à tous !

La ligne d'écoute en été



CONTACTEZ-NOUS



Par téléphone
02/474.02.55

Par mail
info@aidantsproches.brussels

www.aidantsproches.brussels



L'ASBL Aidants Proches Bruxelles sera disponible tout le mois de juillet et la deuxième quinzaine du mois d'août.

Si vous nous contactez la première quinzaine d'août, il faudra un peu de patience avant d'avoir un retour de notre part mais au besoin, vous pouvez contacter d'autres acteurs :

- Nos collègues wallons à l'ASBL Aidants Proches : 081/30.30.32
- Télé-Accueil au 107, disponible 24h/24 et 7j/7 pour offrir une écoute
Le centre de prévention du suicide au 0800.32.123 (24h/24 et 7j/7)
- Ecoute Seniors qui propose une écoute pour toute situation qui concerne une personne âgée : les lundis et mercredis de 12h30 à 16h et le vendredi de 9h à 12h30 au 02.223.13.43.
- Le 112 pour toute urgence médicale.

Don

Don et paiements bancaires

IBAN : BE17 3631 5098 8321

BIC : BBREBEBB

Bénéficiaire : Aidants Proches Bruxelles
ASBL.

Adresse : Boulevard de Smet de Naeyer
570, 1020 Bruxelles

Informations au 02/474.02.55



Notre ASBL comme beaucoup d'autres associations bruxelloises dispose de moyens limités pour déployer toutes ses actions et nouveaux projets.

C'est pourquoi nous faisons appel aux dons. Tout don est le bienvenu pour assurer la pérennité de l'association et du travail de soutien aux aidants proches

L'ASBL bénéficie de la déduction fiscale des dons, ce qui signifie que pour tout don de 40€ ou plus, vous recevrez une attestation à joindre dans vos impôts.

Alors si vous souhaitez nous soutenir et nous permettre de mener de nouvelles activités de soutien aux aidants proches, n'hésitez pas à faire un don à l'association. Toutes les informations se trouvent ci-dessus.

Attention : si vous faites un don, merci d'indiquer DON en communication et d'envoyer votre numéro national par mail (ou par téléphone) pour que nous puissions vous envoyer une attestation fiscale.

Et si vous avez la moindre question, n'hésitez pas à nous appeler au 02/474.02.55



Aidants Proches Bruxelles asbl

Bld de Smet de Naeyer 570, 1020, Bruxelles

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Unsubscribe](#)

