

Organisé par le CLIC des Portes de l'Essonne-  
Centre Local d'Information et de Coordination  
Dossier suivi par Marie CHESNAY  
Tél : 01 69 57 80 93- [clic@portesessonne.fr](mailto:clic@portesessonne.fr)

# Café des Aidants

Vous accompagnez un proche âgé ou en situation de handicap. **Vous êtes un aidant.** Venez partager votre expérience avec d'autres personnes qui apportent une aide régulière à un membre de leur entourage en situation de perte d'autonomie physique ou psychique.

Un samedi par mois de 10h à 11h30, conférence-débat animée par une psychologue.

Année : 2014-2015

- |              |   |
|--------------|---|
| 13 SEPTEMBRE | La démarche du café des aidants. Que signifie « aider un proche, être aidant » ?                        |
| 11 OCTOBRE   | Aidants: un statut, des droits, des devoirs, des aides ?  |
| 8 NOVEMBRE   | Evolution de la maladie: comment faire face ? Quelles adaptations ?                                     |
| 6 DECEMBRE   | Se maintenir en santé physique et bien être (épuisement, stress, anxiété, dépression...) : quel répit ? |
| 17 JANVIER   | Communication : comment préserver une communication de qualité avec la personne malade ?                |
| 14 FEVRIER   | Aider sans limites ? Une souffrance difficile à partager.   |
| 14 MARS      | L'annonce de la maladie, la fin de vie, le deuil...des étapes difficiles ?                              |
| 11 AVRIL     | La famille, l'entourage proche : entretenir le réseau d'entraide (rôle et place de chacun).             |
| 9 MAI        | Maintien à domicile: à quel prix et jusqu'où ? Quelles aides aujourd'hui ?                              |
| 13 JUIN      | Passer le relais ? Quand et comment ?   |

L'accès est libre et gratuit,  
sans obligation d'assiduité.  
Chacun paie sa consommation.

**FLUNCH**  
Centre commercial **CARREFOUR**  
180, avenue François Mitterrand  
91200 ATHIS-MONS

