



Café des **Aidants**

à Brétigny s/o

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 handicap ou en perte d'autonomie.

Un mardi par mois à 14h30, conférence-débat animée par une psychologue et un travailleur social du CLIC.

04 Novembre 2014

Le sentiment de culpabilité et l'épuisement.

02 Décembre 2014

Les besoins et les droits de l'aidant: prendre soin de soi.

06 Janvier 2015

Comment aménager la relation aidant/aidé: le choix ou se laisser envahir?

03 Février 2015

Gestion des énergies: protection de la santé de l'aidant.

03 Mars 2015

Le changement de ses habitudes dans la relation d'aide.

07 Avril 2015

La famille: Une histoire et des influences.

05 Mai 2015

Les ressources de l'aidant principal: l'apport extérieur.

09 Juin 2015

La complémentarité des intervenants auprès du malade: négociation d'un contrat pour l'aidant.

Association Française des AIDANTS
www.aidants.fr



Avec le soutien de :



**Renseignements au CLIC Orgessonne
01.64.90.61.84**

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

**Café CAPUCCINO
2 rue du Baron FAIN
91220 BRETIGNY s/o**