

**Vous accompagnez un proche
malade, en situation de handicap
ou dépendant du fait de l'âge ?**



Café des aidants[®]

Évry-Courcouronnes

**Autour d'un café, venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants.**

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps
convivial d'échange et d'information en libre accès.





Nous vous donnons rendez-vous, un samedi par mois, de 10h à 11h30, autour d'un thème.

Samedi 13 septembre 2025

Trouver sa place en tant qu'aidant avec les intervenants professionnels ?

Samedi 11 octobre 2025

Aider : quels besoins et quels droits pour les aidants ?

Samedi 22 novembre 2025

Prendre soin de soi quand on est aidant

Samedi 20 décembre 2025

Maintenir ou retrouver un lien de qualité avec son proche quand on est aidant

Samedi 17 janvier 2026

Se détendre pour rester en bonne santé (sophrologue)

Samedi 14 février 2026

Entretenir ses amitiés quand on est aidant

Samedi 14 mars 2026

Dispositifs existants pour faire face à la perte d'autonomie d'un proche

Samedi 11 avril 2026

Concilier sa vie d'aidant et sa vie professionnelle

Samedi 23 mai 2026

Comment s'y prendre pour que son proche accepte une aide extérieure ?

Samedi 4 juillet 2026

Trouver du temps pour soi, partir en vacances ?



À cette adresse :
Médiathèque A. CAMUS
7, rue du Village



Contact :
06 45 95 20 11
06 45 79 40 81