

CLIC Les Portes de l'Essonne
Établissement Public Territorial
Grand-Orly Seine Bièvre

Organisé par le CLIC Les Portes de l'Essonne
Centre Local d'Information et de Coordination

Tél : 01 69 57 80 92 @ :

clic@grandorlyseinebievre.fr

Café des Aidants



Association Française des AIDANTS
www.aidants.fr

Invitation

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, rencontre d'échanges animée par une psychologue.

15/09/18

Aider sans limite ou sans s'épuiser

13/10/18

S'informer pour anticiper et faire face à l'évolution de la maladie :
les ressources du territoire

17/11/18

L'annonce de la maladie, l'incertitude du proche

08/12/18

Coordonner les aides professionnelles et de l'entourage

19/01/19

La communication : humour, communication non violente

09/02/19

La bientraitance : se ressourcer pour mieux accompagner

23/03/19

Mieux se comprendre, communiquer à notre proche

13/04/19

Comment préserver l'autonomie du proche ?
Environnement et matériel en évolution

18/05/19

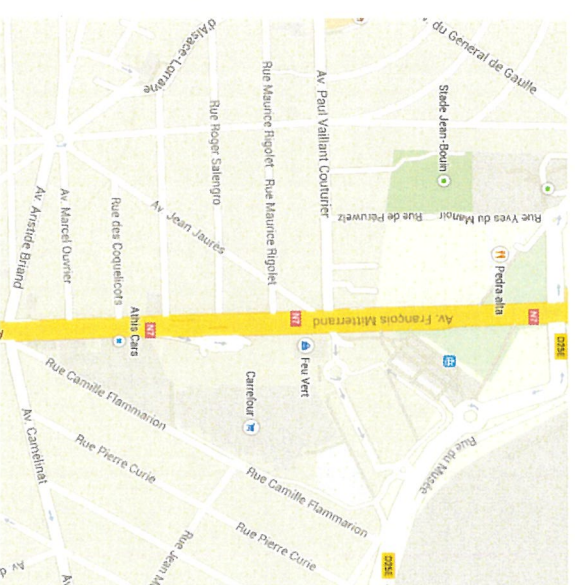
Préservation de la santé de l'aidant : alimentation, sommeil

15/06/19

Comment gérer le stress lié à la relation d'aide ?

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

LA CROISSANTERIE
Centre commercial CARREFOUR
180, avenue François Mitterrand
91200 ATHIS-MONS



PLAN