

VOUS ÊTES AIDANT D'UN PROCHE  
**VIEILLISSANT**

# CAFÉ DES AIDANTS<sup>®</sup> À SAINT MAUR

**AUTOUR D'UN CAFÉ, VENEZ  
ÉCHANGER VOTRE EXPÉRIENCE  
AVEC D'AUTRES AIDANTS**

Animé par des professionnelles,  
le Café Des Aidants<sup>®</sup> est un  
temps convivial d'échange et  
d'information en libre accès.



Avec le soutien de



Association Française des  
**aidants**

**RENSEIGNEMENTS ET  
INSCRIPTION AU VERSO**

Organisé par



Abbaye - Ajad - Assap - Bords de Marne  
Cité Verte - Cristolienne - Domicile & Services

[www.abcd94.fr](http://www.abcd94.fr)



# 2024-2025

DATES DES PROCHAINS

## CAFÉS DES AIDANTS®



**Horaires :** de 14h00 à 16h00

**Adresse :** Café Le Varenne, 96 Avenue du Bac, 94210 La Varenne Saint-Hilaire

**Les intervenantes :** Olga Khomenko (psychologue clinicienne) et Laurence Gastard (infirmière coordinatrice)

MARDI 17 SEPTEMBRE 2024	Plongeons dans les différentes dimensions du rôle d'aidant.
MARDI 15 OCTOBRE 2024	La communication et la relation : clés d'un accompagnement réussi.
MARDI 19 NOVEMBRE 2024	Collaborer avec les professionnels : quand et comment solliciter les aides extérieures ?
MARDI 10 DÉCEMBRE 2024	Sécurité et bien-être à domicile : comment les assurer ?
MARDI 14 JANVIER 2025	Préparer ses vacances : un impératif pour les aidants.
MARDI 11 FÉVRIER 2025	Gérer ses émotions pour accompagner sans s'épuiser.
MARDI 11 MARS 2025	Relations familiales complexes : gérer les rôles et les tensions liées à la maladie.
MARDI 15 AVRIL 2025	Faire face aux refus et aux comportements difficiles d'un proche.
MARDI 13 MAI 2025	Passer le cap : quand et pourquoi envisager un établissement de soin ?
MARDI 17 JUIN 2025	Bilan de l'année et perspectives pour les rencontres à venir.

**Tarif :** Atelier offert par la Maison des Aidants, consommation à votre charge

**Renseignements et inscription auprès de la Maison des Aidants :**

06 08 85 83 28

maisondesaidants@abcd94.fr

LA  
MAISON  
DES  
AIDANTS  
DE L'ABBAYE

