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

SARCELLES



Café des aidants®

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

Nous vous donnons rendez-vous, **un mardi par mois**, de **17h à 18H30** autour d'un thème.

Café «les volutes» place de Navarre, 95200 Sarcelles Renseignements auprès du CCAS: 01 34 38 20 09

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



@sarcellesmaville













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

Nous vous donnons rendez-vous, **un mardi par mois**, de **17h à 18H30** autour d'un thème.

## **PROGRAMME**

MARDI 10 JANVIER 2023 Comment mieux communiquer avec la personne que j'aide?

MARDI 7 FÉVRIER 2023 Être aidants, quel impact sur les relations sociales ?

MARDI 7 MARS 2023 Une décision à prendre, avoir ou non son accord?

MARDI 4 AVRIL 2023 Émotions et réactions... Comment les gérer ?

MARDI 9 MAI 2023 Qu'est-ce que j'attends des intervenants professionnels ? MARDI 6 JUIN 2023 Étape café des Aidants

MARDI 12 SEPTEMBRE 2023 Être aidant / culpabilités

MARDI 3 OCTOBRE 2023
Aider par amour
ou par obligation

MARDI 7 NOVEMBRE 2023 Identifier les signes d'épuisements

MARDI 5 DÉCEMBRE 2023
Aidant
et relation familiale











@ville de Sarcelles



