

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

« 125 »

Val de Lagny & Val d'Europe

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

**1 samedi par mois de 10 h 00 à 11 h 30**

**Animé par des professionnels du PAT et une psychologue,  
le café des Aidants est  
un temps convivial d'échange et d'information**



Avec le soutien de :



Avec le financement de :



# PROGRAMME 2024-2025

**Samedi 21 septembre 2024**

Comment faire face à l'évolution  
de la maladie ou du handicap de mon proche ?

**Samedi 5 octobre 2024**

Aider un proche : est-il possible de se fixer des limites ?

**Samedi 16 novembre 2024**

Découvrir les mesures de protection juridique

**Samedi 14 décembre 2024**

Troubles de la mémoire : comprendre et s'adapter aux troubles

**Samedi 11 janvier 2025**

Prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre

**Samedi 8 février 2025**

Apprendre à déléguer sans culpabiliser

**Samedi 8 mars 2025**

Comment faire face à la dépendance et  
accepter le regard des autres

**Samedi 5 avril 2025**

Les handicaps invisibles

**Samedi 17 mai 2025**

Comment aider sans rabaisser ?

**Samedi 21 juin 2025**

Que faire en cas d'urgence ?



**Adresse :**

Maison des Associations / salle 315  
7- 9 rue Vacheresse  
77400 Lagny sur Marne

**Contact :**

01 60 31 52 80  
contact@reliage.fr

