

Vous accompagnez un proche âgé ou en situation de handicap, venez partager votre expérience avec d'autres aidants. Animé par une psychologue, l'accès au Café des Aidants est libre et sans obligation d'assiduité. Chacun paie sa consommation.

## Un samedi par mois de 10h à 11h30

- |            |  |
|------------|--|
| 10/10/2020 | Être aidant et les ressources du territoire.                                   |
| 07/11/2020 | Maintien à domicile et aménagement de l'environnement.                         |
| 05/12/2020 | L'appréhension des étapes à venir : la perte d'autonomie, le deuil et après... |
| 09/01/2021 | Les relations avec les professionnels.   |
| 06/02/2021 | Prendre soin de soi pour bien s'occuper de son proche.                         |
| 06/03/2021 | Comment faciliter les activités quotidiennes ?                                 |
| 03/04/2021 | La famille, l'entourage : la place de chacun.                                  |
| 22/05/2021 | Préserver la vie sociale de l'aidant et du proche.                             |
| 19/06/2021 | Relation d'aide et énergies: protection de la santé de l'aidant,               |
| Été        | Rencontre conviviale des aidants.  |

**LA SABRINA**  
*Restaurant Italien*  
**1 Rue des Coquelicots**  
**91600 Savigny-sur-Orge**

