

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

VILLIERS-LE-BEL

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

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

Organisé par :

ville de **villiers-le-bel**

Avec le soutien de :

Association Française des  
**aidants**



Nous vous donnons rendez-vous,  
un mardi par mois, de 14h à 16h,  
autour d'un thème au Foyer  
Raymond Labry.

## PROGRAMME année 2021-2022

**Mardi 21 septembre 2021**

Je viens au café des aidants, pourquoi ?

**Mardi 12 octobre 2021**

Comment je comprends mon rôle d'aidant ?

**Mardi 16 novembre 2021**

Etre aidant, est-ce mon choix ?

**Mardi 14 décembre 2021**

Comment lâcher prise lors des fêtes ?

**Mardi 11 janvier 2022**

Comment prendre soin de moi, quand je prends soin de l'autre.

**Mardi 08 février 2022**

Comment j'ai vécu l'annonce du diagnostic ?

**Mardi 8 mars 2022**

Je rencontre des difficultés pour communiquer avec mon proche.

**Mardi 12 avril 2022**

Ai-je le droit de ressentir la colère ?

**Mardi 10 mai 2022**

Dois-je dire la vérité à mon proche ?

**Mardi 14 juin 2022**

Partir en vacances ?



À cette adresse :

Foyer Raymond Labry,  
95400 Villiers le bel



Contact :

CCAS  
01 34 29 29 40

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :