

# CAFÉ DES AIDANTS<sup>®</sup>

Vous accompagnez un proche  
malade, en situation de handicap  
ou âgé et dépendant ?



Venez échanger votre expérience  
avec d'autres aidants  
et des professionnels, autour d'un café.

Organisé un mardi par mois de 10h30 à 12h.  
Accès libre sur présentation du pass sanitaire.

## Renseignements

Centre Communal d'Action Sociale  
01 46 83 46 82  
[www.chatenay-malabry.fr](http://www.chatenay-malabry.fr)  
[infos@chatenay-malabry.fr](mailto:infos@chatenay-malabry.fr)



L'SOUTIEN À L'OMIE



CHÂTENAY-MALABRY

# CAFÉ DES AIDANTS®

## LES RENCONTRES 2022



**Prendre soin de soi quand on est aidant, comment ?**

Mardi 18 janvier 2022, de 10h30 à 12h



**Etre aidant, comment le concilier avec ma vie personnelle et professionnelle ?**

Mardi 15 février 2022, de 10h30 à 12h



**Aider sans s'épuiser : comment accepter et faire accepter l'aide extérieure ?**

Mardi 15 mars 2022, de 10h30 à 12h



**Ce que la relation d'aide m'a appris sur moi-même**

Mardi 12 avril 2022, de 10h30 à 12h



**On ne se comprend plus, quelles solutions ?**

Mardi 17 mai 2022, de 10h30 à 12h



**Échangeons nos trucs et astuces pour alléger le quotidien**

Mardi 14 juin 2022, de 10h30 à 12h

**À l'Auditorium de la Médiathèque**  
**7 - 9 Rue des Vallées**



Association Française des

**aidants**

Renseignements :

Centre Communal d'Action Sociale - 01 46 83 46 82  
[www.chatenay-malabry.fr](http://www.chatenay-malabry.fr) - [infos@chatenay-malabry.fr](mailto:infos@chatenay-malabry.fr)

**ACCÈS LIBRE**



**CHÂTENAY-MALABRY**