

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



## Café des aidants®

Port Royal

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 :



Avec le soutien de :





Café des  
aidants®

Nous vous donnons rendez-vous, un mercredi par mois, de 15h00 à 16h30, autour d'un thème

## PROGRAMME 1<sup>er</sup> semestre 2026

**Mercredi 21 janvier 2026**

« Aidant un jour, aidant toujours ? »

**Mercredi 18 février 2026**

« Comment lui dire ma fatigue, mes craintes, mes envies ? »

**Mercredi 18 mars 2026**

« Accompagner sans s'isoler ? »

**Mercredi 15 avril 2026**

« La patience et ses limites »

**Mercredi 20 mai 2026**

« Et s'il m'arrivait quelque chose ? »

**Mercredi 17 juin 2026**

« Charge cognitive et affective de l'aidant »



À cette adresse :

Café « Le Cristal »  
96 Boulevard Port Royal, 75005

Contact :

01.44.41.70.70  
[psychologue@fosad.asso.fr](mailto:psychologue@fosad.asso.fr)