

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**RAMBOUILLET**

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 :





Nous vous donnons rendez-vous,  
un vendredi par mois, de 14h15  
à 15h45, autour d'un thème.

**Rendez-vous au Mérinos Café à la Bergerie Nationale  
De Rambouillet**

## **Programme de janvier à juin 2024**

**Vendredi 19 janvier 2024**

Est-ce que je m'impose des limites dans ma relation d'aide ?

**Vendredi 9 février 2024**

Et si moi aidant, je tombe malade ?

**Vendredi 15 mars 2024**

Et si on parlait de ce que furent nos plus belles années ?

**Vendredi 26 avril 2024**

Une histoire d'aide, une histoire de famille

**Vendredi 24 mai 2024**

Émotions et réactions.... Comment les gérer ?

**Vendredi 21 juin 2024**

Être aidant et trouver des relais



À cette adresse :

Mérinos Café  
Ferme de la Bergerie Nationale Parc du Château  
78120 Rambouillet



Contact :

01.61.08.66.61  
06.07.11.84.47  
plateforme.aidants@icsy.fr

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

