

Logo



# Café des aidants

Un vendredi par mois

Vous accompagnez un proche malade, en situation de la handicap ou dépendant du fait de l'âge ? Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

[Tasse café mains](#)



Animé par un psychologue et un travailleur social, le Café des aidants est un temps convivial d'échanges et d'informations.

## Programme 2025

17 janvier : Aujourd'hui, libre à vous

14 février : Ai-je encore une vie sociale ?

14 mars : mieux se connaître au fil de la relation d'aide

4 avril : Émotions et réactions : comment les gérer ?

16 mai : Faut-il passe le relais ?

20 juin : Un moment ludique : surprise !

12 septembre : Je voudrais dire non

10 octobre : Peut-on encore se réunir en famille et avoir du plaisir malgré la maladie ?

21 novembre : Un moment détente

## Coordonnées

Coordinov  
12 chaussée Jules César  
2e étage  
95520  
Osny  
[contact@coordinov.com](mailto:contact@coordinov.com)  
[01 30 32 33 85](tel:0130323385)

#### Date

Vendredi 14 février, 17:00 - 19:00

Vendredi 14 mars, 17:00 - 19:00

Vendredi 4 avril, 17:00 - 19:00

Vendredi 16 mai, 17:00 - 19:00

Vendredi 20 juin, 17:00 - 19:00

Vendredi 12 septembre, 17:00 - 19:00

Vendredi 10 octobre, 17:00 - 19:00

Vendredi 21 novembre, 17:00 - 19:00

Infos pratiques

Inscription obligatoire. Gratuit, sans obligation d'assiduité

#### Contact

[contact@coordinov.com](mailto:contact@coordinov.com)

01 30 32 33 85

#### Liens utiles

[Coordinov DAC 95 ouest](#)

[Le café des aidants](#)

#### Documents

[Ateliers "Bien vieillir ensemble"](#)