

CAFÉ DE L'ENTRAIDE



Où?

13 avenue Charles Monier
77240 CESSON

Quand?

Sur une ou plusieurs date(s),
comme vous le souhaitez
et quand vous le pouvez

**LE 2ième VENDREDI
DE CHAQUE MOIS
entre 10h et 11h30**

14 AVRIL 2023 - 12 MAI - 19 JUIN

7 JUILLET - 15 SEPTEMBRE

13 OCTOBRE - 10 NOVEMBRE

8 DECEMBRE 2023

Pour qui?

Vous soutenez un proche malade,
en situation de handicap ou en
perte d'autonomie*

* Accessible aux personnes à mobilité réduite,
peu importe leur ville d'habitation

Pour quoi faire?

Croisez vos expériences, ressentis,
doutes et solutions en présence de
pairs et avec le soutien de Sylvie

Comment ça marche ?

Autour d'un café,
grâce à votre participation et l'écoute
de chacun, sans inscription préalable

CAFÉ DE L'ENTRAIDE



Où?

13 avenue Charles Monier
77240 CESSON

Quand?

Sur une ou plusieurs date(s),
comme vous le souhaitez
et quand vous le pouvez

**LE 2ième VENDREDI
DE CHAQUE MOIS
entre 10h et 11h30**

14 AVRIL 2023 - 12 MAI - 19 JUIN

7 JUILLET - 15 SEPTEMBRE

13 OCTOBRE - 10 NOVEMBRE

8 DECEMBRE 2023

Pour qui?

Vous soutenez un proche malade,
en situation de handicap ou en
perte d'autonomie*

* Accessible aux personnes à mobilité réduite,
peu importe leur ville d'habitation

Pour quoi faire?

Croisez vos expériences, ressentis,
doutes et solutions en présence de
pairs et avec le soutien de Sylvie

Comment ça marche ?

Autour d'un café,
grâce à votre participation et l'écoute
de chacun, sans inscription préalable

En quelques mots...

*Le café de l'entraide?
Mais qu'est-ce que c'est?*

Un temps d'accueil convivial et régulier, pour échanger, questionner et exprimer les expériences de chacun et s'enrichir mutuellement. Le groupe est soutenu dans ses échanges et ses apports par Sylvie, professionnel de santé.

Est-ce que cela me concerne?

Le café de l'entraide est ouvert à toute personne soutenant un membre de sa famille (quelque soit l'âge, la maladie, la perte d'autonomie ou le handicap du membre de la famille accompagnée ou le lieu de résidence et l'âge de la personne soutenant). Ne restez pas seul-e et venez échanger avec vos pairs.



*Sylvie Mathivon,
psychologue clinicienne et psychomotricienne*

*De quoi allons-nous
parler concrètement?*

Les échanges pourront porter sur différentes thématiques, en fonction des expériences et interrogations du groupe. Mais nous pourrons aussi impulser des sujets tels que ceux-ci: préserver ses projets, connaître et accepter les aides et structures ressources existants, trouver les mots pour exprimer ses ressentis, maintenir une relation apaisée avec son et ses proches, identifier les signes de fatigue, accepter les pertes, ...

En quelques mots...

*Le café de l'entraide?
Mais qu'est-ce que c'est?*

Un temps d'accueil convivial et régulier, pour échanger, questionner et exprimer les expériences de chacun et s'enrichir mutuellement. Le groupe est soutenu dans ses échanges et ses apports par Sylvie, professionnel de santé.

Est-ce que cela me concerne?

Le café de l'entraide est ouvert à toute personne soutenant un membre de sa famille (quelque soit l'âge, la maladie, la perte d'autonomie ou le handicap du membre de la famille accompagnée ou le lieu de résidence et l'âge de la personne soutenant). Ne restez pas seul-e et venez échanger avec vos pairs.



*Sylvie Mathivon,
psychologue clinicienne et psychomotricienne*

*De quoi allons-nous
parler concrètement?*

Les échanges pourront porter sur différentes thématiques, en fonction des expériences et interrogations du groupe. Mais nous pourrons aussi impulser des sujets tels que ceux-ci: préserver ses projets, connaître et accepter les aides et structures ressources existants, trouver les mots pour exprimer ses ressentis, maintenir une relation apaisée avec son et ses proches, identifier les signes de fatigue, accepter les pertes, ...