

# *Vous aidez un proche au quotidien ?*

*Vous avez le droit  
à une pause !*



## **GROUPE DE PAROLE À DESTINATION DES AIDANTS**

**UN VENDREDI PAR MOIS À 10H** 

**SUR INSCRIPTION  
AU 01 64 52 24 48**



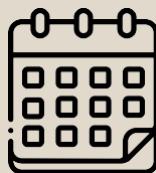
**Espace bibliothèque (Bâtiment Accueil)  
Centre de Réadaptation de Coubert  
(UGECAM IDF)**



**1384 Rte de Liverdy  
77170 Coubert**



*Animé par Vincent Ringot psychologue  
et un professionnel du CIC-PAT  
de Melun*



*6 juin 2025 à 10h*

**« Communiquer avec un proche malade »**

*5 septembre 2025 à 10h*

**« L'organisation du quotidien »**

*3 octobre 2025 à 10h*

**« Gérer ses propres limites »**

*7 novembre 2025 à 10h*

**« Faire valoir son rôle d'aidant »**

*5 décembre 2025 à 10h*

**« Vivre les fêtes sereinement quand on est aidant »**



**01.64.52.24.48**



**[accueil@pat-melun.fr](mailto:accueil@pat-melun.fr)**

