



# LE MOIS DE L'AIDANT

**PROGRAMMATION**



De 10h00 à 12h00

# 1<sup>ER</sup> OCTOBRE

## **Conférence – Chez soi en toute sécurité : les clés pour un maintien domicile réussi**

Comment anticiper son maintien à domicile ou celui d'un proche? Quelles sont les aides dédiées? Qu'est-ce que l'Aide Personnalisée Autonomie? Quels services (téléassistance, soins infirmiers, portage de repas...) pour quels besoins?

Sans inscription – Gratuit

Lieu : Club de l'amitié – 3bis avenue de la Zibeline 77240 CESSON

Association RIVAGE Autonomie – CIC PAT Melun , SAPHA de Sénart, Prévention MAIF, La Citrouille, ville de Cesson et Vert Saint Denis



De 14h30 à 16h00

# 2 OCTOBRE

## Groupe de parole de Savigny Le Temple

Vous y trouverez un espace d'écoute, d'entraide, de conseils et d'informations sur vos droits. Il est animé par un psychologue, avec le soutien d'un travailleur social. L'EHPAD Solemnes propose l'accueil gratuit d'un proche sur demande.

Sans inscription - Gratuit

Lieu : Au Domaine de la Grange-la-Prévôté,  
Avenue du 8 mai 1945 77176 SAVIGNY-LE-  
TEMPLE

Association RIVAGE Autonomie- CIC PAT  
Melun, Solemnes, ville de Savigny Le Temple



De 10h00 à 11h30

# 11 OCTOBRE

## Groupe de parole de Coubert

Vous aidez un proche au quotidien?  
Vous avez le droit à une pause!

Animé par un psychologue, avec le soutien  
d'un travailleur social.

Sur inscription au 01 64 52 24 48 – Gratuit

Lieu : Centre de Réadaptation de Coubert  
(UGECAM IDF)  
1384 Rte de Liverdy 77170 COUBERT

Association RIVAGE Autonomie – CIC PAT  
Melun, UGECAM, Malakoff Humanis



De 14h00 à 17h30

# 15 OCTOBRE

## **Ciné débat : Maison de retraite 2**

Diffusion du film "Maison de retraite 2"

Suivi d'un temps d'échange avec nos professionnelles sur la perte d'autonomie et les dispositifs existants.

Sans inscription - tarifs habituels du cinéma

Lieu : Cinéma les 4 vents, 80 avenue du général Leclerc, 77170 BRIE COMTE ROBERT

Association RIVAGE Autonomie - CIC PAT  
Melun, ville de Brie Comte Robert



De 09h30 à 11h30

# 17 OCTOBRE

## Café Partagé

Venez échanger entre parents d'enfants porteurs d'un handicap, vous informer sur les aides et les services existants, tout en partageant un moment de convivialité.

Animé par un psychologue, avec le soutien de travailleurs sociaux.

Sur inscription au 01 64 52 24 48 – Gratuit

Lieu : Salle des 26 couleurs, 6 rue pasteur  
77310 SAINT FARGEAU PONTIERRY

Association RIVAGE Autonomie – CIC PAT  
Melun, CAF, ville de Saint Fargeau Ponthierry



De 10h00 à 12h00

**17** OCTOBRE

## **Atelier d'écriture**

Atelier d'échanges et de création, en toute simplicité. Il suffit d'aimer les mots et d'avoir envie de passer un moment convivial.

Sur inscription au 01 64 52 24 48 – Gratuit

Lieu : Médiathèque l'Arcature, 1 rue Charles Jean Brillard 77000 VAUX LE PENIL

Association RIVAGE Autonomie – CIC PAT  
Melun, ville de VAUX LE PENIL



De 09h30 à 17h00

# 17 OCTOBRE

## Forum bien vieillir à Brie

Tout savoir sur les dispositifs seniors, aidants ou handicap.

Conférence sur les droits et démarches à 10h00.

Sans inscription - Gratuit

Lieu : Salle de spectacle le Safran , 77170 BRIE COMTE ROBERT

Association RIVAGE Autonomie - CIC PAT  
Melun, Département 77, ville de Brie Comte Robert, Partenaire Seniors, AGIRC ARRCO



De 10h00 à 12h00

# 18 OCTOBRE

## Café de l'entraide

Un temps d'accueil convivial et régulier pour échanger, questionner, exprimer ses expériences, et s'enrichir mutuellement.

Animé par un psychologue, avec le soutien de travailleurs sociaux.

Sans inscription - Gratuit

Lieu : 13 rue Charles Monier 77240 CESSON

Association RIVAGE Autonomie - CIC PAT  
Melun , La Citrouille, Malakoff Humanis, 3F  
Groupe action logement



De 10h00 à 11h30

# 25 OCTOBRE

## Art-Thérapie

Parce qu'il est essentiel de prendre du temps pour soi, pour se ressourcer et mieux faire face aux défis quotidiens, nous proposons un atelier d'Art-Thérapie à destination des aidants: Modelage d'argile et relaxation musicale.

Sur inscription au 01 64 52 24 48 - Gratuit

Lieu : 13 rue Charles Monier 77240 CESSON

Association RIVAGE Autonomie - CIC PAT  
Melun , La Citrouille, Malakoff Humanis, 3F  
Groupe action logement, Département 77