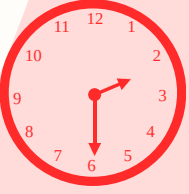


LE TEMPS DES AIDANTS

SAINT CHÉRON

2026



De 14h30 à
16h30



**Pôle Solidaire
Associatif
Communal**
8 Ter avenue de
la gare
91530 SAINT
CHÉRON



**Renseignements
et inscriptions
auprès du CLIC
Sud Essonne**

01 60 80 15 67

**clicsudessonne
@wanadoo.fr**

**27
JANVIER**

Le sentiment de culpabilité

Animée par Monika GAIRE, psychologue

**17
FEVRIER**

La fatigue mentale et physique : la reconnaître et y faire face

Animée par Julie DUBOIS, psychologue

**24
MARS**

Oublis, désorientation, isolement, agressivité : s'informer pour mieux comprendre

Animée par Sandra VITORINO & Elodie LELONG, infirmières au CHSE

**14
AVRIL**

Entraide entre aidants : ce qui m'aide à tenir au quotidien

Animée par Julie DUBOIS, psychologue

**26
MAI**

Les symptômes : comment s'adapter et accompagner au quotidien ?

Animée par Capucine VASSORT, psychologue

**30
JUIN**

Et si un jour, je n'y arrivais plus ?

Animée par Monika GAIRE, psychologue

**22
SEPT.**

Le maintien à domicile : ressources et démarches

Animée par Sandrine MARTIN & Gaelle FRANSOIS, évaluatrices au CLIC

**13
OCT.**

Gestion du stress et des émotions

Animée par Capucine VASSORT, psychologue

**24
NOV.**

La santé des aidants, parlons-en !

Animée par Capucine VASSORT, psychologue

**15
DEC.**

Bilan : Moment détente et convivialité

Animée par le CLIC Sud Essonne, le CIAS et la BOITE À LOL