



C
C
A
S



Vous accompagnez
un proche âgé,
dépendant ou
handicapé.

Venez partager expériences et
conseils avec des Antonienais aidants
comme vous, aux côtés d'un psychologue
et d'un professionnel du Clic.
Contact : 01 40 96 31 70



Une rencontre a lieu chaque mois :

Quelles astuces pour rester en bonne
santé (physique et bien être) ?

Jeudi 14 février 2019

15H À 16H30 RESTAURANT CHEZ MARIA

Reconnaitre ses limites pour passer le
relai

Jeudi 14 mars 2019

15H À 16H30 RESTAURANT CHEZ MARIA

La perte d'autonomie et ses conséquences
sur la dynamique familiale

Samedi 13 avril 2019

9H30 À 11H MAISON DES ANS TONIQUES

S'autoriser à prendre du temps pour soi

Jeudi 16 mai 2019

15H À 16H30 RESTAURANT CHEZ MARIA

Incertitudes face à l'avenir

Jeudi 20 juin 2019

15H À 16H30 RESTAURANT CHEZ MARIA



*Le café des Aidants
est libre d'accès sans
inscription préalable,
sans obligation
d'assiduité.*



clc
clc

Centre local
d'information et
de coordination
gérontologique
CCAS - 81 rue
Prosper-Legouté
Antony
01 40 96 31 70

1 **Maison des Ans Toniques**
23-25, villa Domas

2 **Restaurant Chez Maria**
58, avenue de la Division-Leclerc