

La Rencontre des Aidants - 2ème semestre 2026

JUILLET Me 08/07 Relax groupe Me 22/07 Relax groupe et permanences au téléphone	AOÛT Nous sommes en congés du du 10/08 au 23/08. En dehors de cette période, la permanence téléphonique et par mail est assurée.	SEPTEMBRE Me 02/09 Relax groupe Me 16/09 Relax groupe V 18/09 Café des aidants Aider sans limites ? Me 30/09 Relax groupe
OCTOBRE Ma 06/10 Journée Nationale des Aidants Me 14/10 Relax groupe V 16/10 Café des aidants Se sentir moins seul dans l'aidance	NOVEMBRE Me 04/11 Relax groupe Ma 17/11 Formation Soutenons les aidants Me 18/11 Relax groupe V 20/11 Café des aidants La relation avec les professionnels : passer le relais ? Ma 24/11 Formation Soutenons les aidants	DECEMBRE Me 02/12 Relax groupe J 03/12 Réunion visio S'informer, s'orienter et prendre soin de soi L 07/12 Conférence La fin de vie, et si on en parlait ? V 11/12 Café des aidants Je fais le bilan de mon année Me 16/12 Relax groupe

Lieux des actions

Relax groupe : résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay-sous-bois
Café des aidants : Café le Terminus, 9 avenue de Nogent à Vincennes
Conférences : en visio ou résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad, à Fontenay-sous-bois
Formations, Journée Nationale des aidants : résidence Dame Blanche, 45 avenue de la Dame Blanche à Fontenay-sous-bois

Informations et inscription :
06 27 82 58 88 aidant@mri94.fr



La Rencontre des Aidants

Plateforme d'accompagnement et de répit
Fontenay-sous-Bois, Vincennes, Saint-Mandé



Programme des actions
Juillet - Décembre 2026

Pour les proches aidants de personnes âgées
résidants à domicile ou en EHPAD

Je suis aidant,

Si j'aide un proche en perte d'autonomie, ponctuellement ou régulièrement.
Mon aide concerne les activités domestiques, les démarches administratives,
le soutien quotidien, ...

Et cela me conduit parfois à ne plus prendre soin de moi.

06 27 82 58 88
aidant@mri94.fr

Orientation, information et écoute

L'équipe répond à vos questions et vous oriente vers les bons interlocuteurs.
Par téléphone au 06 27 82 58 88
Du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30



Prendre soin de soi et partager

Groupes de relaxation

Un rendez-vous à prendre avec soi-même pour se faire du bien, en groupe, proposé par une psychomotricienne de l'équipe.

Un mercredi toutes les 2 semaines, de 14h30 à 16h

A la résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay sous-bois

Dates sur le calendrier au verso



Café des aidants

Venez échanger votre expérience autour d'un thème durant 2h avec d'autres aidants et l'équipe de La rencontre des aidants.

Un vendredi par mois de 15h à 17h

Café le Terminus, 9 avenue de Nogent à Vincennes

Dates et thèmes sur le calendrier au verso



Rendez-vous avec la psychologue

Entretien de soutien psychologique individuel sur rendez-vous

En présentiel ou par téléphone

A la résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay sous-Bois

A la résidence Dame Blanche, 45 avenue de la Dame Blanche à Fontenay sous-Bois

A la résidence La Seigneurie, 57 rue du commandant Mouchotte à Saint Mandé



Ressources permanentes

Notre site internet : www.gcsms-ehpadpublics94.fr
Rubrique Aide aux aidants, onglet "Ressources et outils"



Les ressources du vendredi : l'équipe vous envoie par mail bimensuel des ressources sur l'aidance (formations, conférences, documents,...)

Notre chaîne Youtube : « La rencontre des aidants »
où trouver des conférences et des audios de relaxation



L'équipe



Sophie TALL EISCHEN
Coordinatrice
pilotaidant@mri94.fr

Stéphanie DE ROECK
Psychologue

Nous contacter :
aidant@mri94.fr
06 27 82 58 88

Aurore MOUETTE
Psychomotricienne

S'informer et se former

Journée nationale des aidants

Adressée aux aidants, aux professionnels et à toutes les personnes intéressées.

Rendez-vous à 12h pour un buffet partagé,
puis dès 13h : conférences, table ronde, atelier participatif...

Mardi 6 octobre de 12h à 17h

A la résidence Dame Blanche, 45 avenue de la Dame Blanche à Fontenay sous Bois

Retrouvez le programme détaillé et plus d'informations sur notre site internet.



Soutenons les aidants - formation

Être informé, se préserver, sécuriser et se ressourcer

Un cycle d'ateliers collectifs, sur 2 après-midi, pour apprendre et échanger sur les thèmes : être informé, se préserver, sécuriser et se ressourcer.

Par Christine Lamidel directrice de Tilia ; Charlotte Deséze psychologue du Lien Psy ; Fanny Perret coordinatrice de Delta 7 ; une ergothérapeute d'Adaptia

Mardi 17 novembre ET mardi 24 novembre de 14h à 17h

A la résidence Dame Blanche, 45 avenue de la Dame Blanche à Fontenay sous-bois



La fin de vie, et si on en parlait ? - conférence

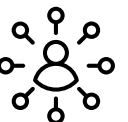
Un temps de conférence et de questions pour aborder ce sujet particulier mais nécessaire.

Par Mme Desvaux, bénévole et secrétaire générale de l'association Être-là, et un professionnel de santé

Lundi 7 décembre de 18h à 20h

A la résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay sous-bois

Et en visioconférence



S'informer, s'orienter et prendre soin de soi - réunion d'information

Découvrez les structures et les aides disponibles pour mieux vous orienter et être soutenu dans votre rôle d'aidant.

Par Lucie Abbon du CRT et Sophie Tall Eischen

Jeudi 3 décembre de 12h à 13h30

En visioconférence



Toutes nos actions sont gratuites et sur inscription.

A destination des proches aidants
des villes de Fontenay-sous-bois, Vincennes, Saint-Mandé,
commune de l'aidant ou de la personne aidée :

06 27 82 58 88
aidant@mri94.fr