

**Vous accompagnez un proche  
malade, en situation de handicap  
ou dépendant du fait de l'âge ?**



# *Café des aidants*<sup>®</sup>

**Val d'Amboise**

Autour d'un café, venez échanger  
votre expérience avec d'autres aidants.

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps  
convivial d'échange et d'information en libre accès

**Pendant le Café, nous  
pouvons proposer une  
activité à votre proche**

**Si besoin,  
contactez nous !**

**Pour venir jusqu'au  
Café, nous pouvons  
vous aider**

Organisé par :



Avec le soutien de :





Café des  
aidants®

Val d'Amboise

Nous vous donnons rendez-vous,  
un lundi par mois, de 14h30 à  
16h15, autour d'un thème.

## PROGRAMME 2023

**Lundi 3 avril 2023**

Être aidant parlons-en ...

**Lundi 15 mai 2023**

Être aidant : tous ces petits gestes du quotidien

**Lundi 5 juin 2023**

Quelles clés pour communiquer avec mon proche ?

**Lundi 3 juillet 2023**

J'aide un proche, ai-je besoin d'aide ?

**Lundi 4 septembre 2023**

Mes émotions, mes sentiments, parlons-en...

**Lundi 2 octobre 2023**

J'aide un proche : limites et responsabilités

**Lundi 6 novembre 2023**

Être aidant et partager...

**Lundi 4 décembre 2023**

Je suis aidant.e et je suis moi



Jardin de Vilvent  
Rue des Girois  
37530 NAZELLES-NEGRON



**Anna LINDE**  
07.82.08.58.82  
[anna.linde@famillesrurales.org](mailto:anna.linde@famillesrurales.org)

Le Café des aidants est soutenu  
pas nos partenaires :

