

**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 2024

**Lundi 05 février 2024**

Thème libre

**Lundi 04 mars 2024**

Les belles choses dans l'expérience d'aidant

**Lundi 08 avril 2024**

Les colères, les frustrations et les culpabilités

**Lundi 06 mai 2024**

Aider à domicile et aider en institution

**Lundi 03 juin 2024**

Les idées noires

**Lundi 01 juillet 2024**

Aider avec les émotions

**Lundi 02 septembre 2024**

Thème libre

**Lundi 07 octobre 2024**

Pouvoir être soi-même

**Lundi 04 novembre 2024**

La vie sociale, affective et sexuelle quand on est proche aidant

**Lundi 02 décembre 2024**

Ce qu'on gagne et ce qu'on n'a pas perdu



Marie de Nazelles-Négron

Rue Louis Viset, 37530 NAZELLES-NEGRON



## NOS CAFES SPECIAUX



Un autre mardi  
De 15h à 17h

## PRINCIPE

Une à deux fois par an, nous proposons un Café supplémentaire co-animé par une animatrice du Café, et un/une professionnel de santé.

## PROGRAMME 2024

Les gestes de premiers secours



Le : .....



Association ANIMS 37



## NOS TEMPS CONVIVIALITE/BIEN-ÊTRE



Dates fixées avec  
les participants

Un repas  
partagé



Le : .....

Atelier de socio-  
esthétique



Le : .....



Anna LINDE

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

# Prise en charge gratuite de votre proche

Afin de ne pas laisser votre proche seul sur la durée du Café, nous vous proposons un atelier avec une socio-esthéticienne : activité de bien-être de stimulation cognitive via les sens  
Cette activité est adaptée à un public avec des capacités et contraintes différentes (problème de motricité, problème cognitifs, démence, autisme, etc...)

Sur inscriptions



@ Fédération Familles Rurales  
d'Indre-et-Loire



[www.famillesrurales37.org](http://www.famillesrurales37.org)

Le Café des aidants est soutenu  
pas nos partenaires :

