

Prise en charge gratuite de votre proche

Afin de ne pas laisser votre proche seul sur la durée du Café, nous vous proposons des prises en charge gratuites et adaptées :

- L'accueil de jour de Marjolaine
- Un atelier avec une professeure de yoga et sophrologue.

Cette activité est adaptée à un public avec des capacités et contraintes différentes (problème de motricité, problème cognitifs, démence, autisme, etc...)

Sur inscription



@ Fédération Familles Rurales d'Indre-et-Loire www.famillesrurales37.org

Le *Café des aidants* est soutenu par nos partenaires :

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



Café des aidants®

Du Sud Lochois

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



Anna LINDE
07.82.08.58.82

Pour venir jusqu'au Café, nous pouvons vous aider

Organisé par :

Avec le soutien de :



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

PROGRAMME 2025

Jeudi 30 janvier 2025

Notre Café des Aidants

Jeudi 27 février 2025

Vies sociales, affectives et sexuelles ;
poursuivons nos échanges

Jeudi 27 mars 2025

Envisager la fin de vie : la sienne, la
mienne

Jeudi 24 avril 2025

Si je m'autorisais à penser à moi ;
j'aimerais/je ferai...

Jeudi 22 mai 2025

Ce témoignage, mon histoire, mes
émotions



Jeudi 26 juin 2025

Comment accepter "l'aide extérieure"
pour nous et avec lui/elle

Jeudi 28 août 2025

Différentes façons d'aider

Jeudi 25 septembre 2025

Quand je ne peux plus tenir mes
promesses

Jeudi 30 octobre 2025

Faire face à l'épuisement : reconnaître
les signes, les prévenir et les "gérer"

Jeudi 27 novembre 2025

Les périodes festives ?

Café des Aidants itinérant

À : LIGUEIL
Maison Magnificat :
11 avenue des Martyrs

À : BETZ LE CHÂTEAU
Café de l'union :
Place Henri-Fulgence Gabillet

À : ABILLY
Salle polyvalente :
Place de la mairie



NOS CAFES SPECIAUX



Un autre jeudi
De 14h30 à 16h30

PRINCIPE

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

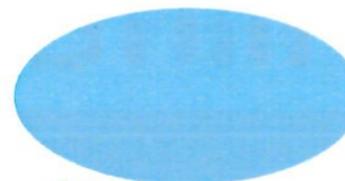
PROGRAMME 2025



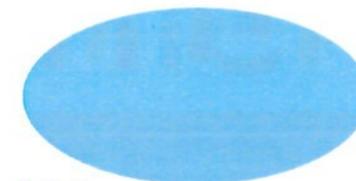
NOS TEMPS CONVIVALITE/BIEN-ÊTRE



Dates fixées avec
les participants



Le :



Le :



Anna LINDE

proches-aidant.fd37@famillesrurales.org
07.82.08.58.82



Anna LINDE

proches-aidant.fd37@famillesrurales.org
07.82.08.58.82