

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



# *Café des aidants*<sup>®</sup>

**De Château-la-Vallière**

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®

De Château-  
la-Vallière

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

## PROGRAMME 2023

**Mardi 24 janvier 2023**

Ma colère, mes frustrations et ma culpabilité

**Mardi 28 février 2023**

Proche/Aidant/Proche-aidant

**Mardi 28 mars 2023**

Aidant/Aidé, quelle intimité

**Mardi 25 avril 2023**

Partager pour ne pas s'épuiser

**Mardi 30 mai 2023**

Je suis aidant.e et je suis moi

**Mardi 27 juin 2023**

S'autoriser du répit ? Et comment ?

**Mardi 29 août 2023**

Ses idées noires

**Mardi 26 septembre 2023**

Aider avec ses émotions

**Mardi 24 octobre 2023**

Ce qui vient de sa maladie et ce qui vient de lui/elle

**Mardi 28 novembre 2023**

Prendre des décisions, avec lui, à sa place, avec d'autres



Place du marché  
Rue du 11 Novembre 1918  
37330 Château-la-Vallière



**Anna LINDE**

07.82.08.58.82

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

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :



AG2R LA MONDIALE