

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**O' Bis-Trot**

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.



Avec le soutien de :  Association Française des  
**aidants**



Café des  
aidants®

O' Bis-Trot

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

**15 Octobre 2021**

Être aidant et risque d'isolement social

**19 Novembre 2021**

Mon rôle d'aidant

**17 Décembre 2021**

Comment gérer au mieux les émotions qui me traversent ?

**21 Janvier 2022**

Mes forces et mes ressources

**25 Février 2022**

Aider son proche : quelles limites ?

**18 Mars 2022**

Les relations avec les professionnels

**29 Avril 2022**

Les richesses de la relation d'aide

**20 mai 2022**

Mes relations avec mes proches

**17 Juin 2022**

Mes temps de répit



AG2R LA MONDIALE



À cette adresse :

Le Bis-Trot Centre ville de Brou

Salle à l'étage

28160 BROU



Contact :

02 45 26 01 30

[Fd-eureetloir@famillesrurales.org](mailto:Fd-eureetloir@famillesrurales.org)

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :

