

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



Café des aidants[®]

De Beaulieu-lès-Loches

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 Beaulieu-
lès-Loches**

**Nous vous donnons rendez-vous,
un mardi par mois, de 14h00 à
16h, autour d'un thème.**

PROGRAMME 2025

Mardi 04 février 2025

Notre Café des Aidants

Mardi 04 mars 2025

Vies sociales, affectives et sexuelles ; poursuivons nos échanges

Mardi 01 avril 2025

Envisager la fin de vie : la sienne, la mienne

Mardi 06 mai 2025

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

Mardi 03 juin 2025

Ce témoignage, mon histoire, mes émotions

Mardi 01 juillet 2025

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

Mardi 02 septembre 2025

Différentes façons d'aider

Mardi 07 octobre 2025

Quand je ne peux plus tenir mes promesses...

Mardi 04 novembre 2025

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

Mardi 02 décembre 2025

Les périodes festives ?



Garderie - Place des écoles

Rue de la charbonnerie, 37600 BEAULIEU-LES-LOCHES



NOS CAFES SPECIAUX



Un autre mardi
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

Techniques pour lever, assoir, ou déplacer son proche sans se blesser ou tomber



Kinésithérapeute



Le : 14/10

A : la MFR de Loches
49 Rue Henry Lhéritier de
Chezelle



NOS TEMPS CONVIVIALITE/BIEN-ÊTRE



Dates fixées avec
les participants

Repas tous
ensemble



Le :



Anna LINDE

proches-aidant.fd37@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 une prise en charge
gratuite et adaptée :

- 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 inscriptions



@ Fédération Familles Rurales
d'Indre-et-Loire



www.famillesrurales37.org

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

