

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



# *Café des aidants*<sup>®</sup>

**Du Ridellois**

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®

Du Ridellois

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

## PROGRAMME 2023

**Jeudi 02 février 2023**

Ma colère, mes frustrations et ma culpabilité

**Jeudi 02 mars 2023**

Proche/Aidant/Proche-aidant

**Jeudi 06 avril 2023**

Aidant/Aidé, quelle intimité

**Jeudi 04 mai 2023**

Partager pour ne pas s'épuiser

**Jeudi 01 juin 2023**

Je suis aidant.e et je suis moi

**Jeudi 06 juillet 2023**

S'autoriser du répit ? Et comment ?

**Jeudi 07 septembre 2023**

Ses idées noires

**Jeudi 05 octobre 2023**

Aider avec ses émotions

**Jeudi 09 novembre 2023**

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

**Jeudi 07 décembre 2023**

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



52 avenue de la Gare  
37190 Azay le Rideau



**Anna LINDE**

07.82.08.58.82

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

Le Café des aidants est soutenu  
pas nos partenaires :



AG2R LA MONDIALE