

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



Café des aidants[®]

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 2024

Jeudi 01 février 2024

Aujourd'hui, libre à vous !

Jeudi 07 mars 2024

Aider à domicile et aider en institution

Jeudi 04 avril 2024

L'entraide

Jeudi 02 mai 2024

Des intimités

Jeudi 06 juin 2024

Nos beaux moments

Jeudi 04 juillet 2024

Et moi, de quoi j'ai besoin ?

Jeudi 05 septembre 2024

Et vous, comment allez-vous ?

Jeudi 03 octobre 2024

La vie sociale, affective et sexuelle quand on est proche aidant

Jeudi 07 novembre 2024

Les colères, les frustrations et les culpabilités

Jeudi 05 décembre 2024

Ce qui me manque et comment le gérer ?



Centre de Loisir Familles Rurales du Ridellois
52 avenue de la Gare 37190 Azay le Rideau

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



NOS CAFES SPECIAUX



Un autre jeudi
De 14h15 à 16h15

PRINCIPE

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

PROGRAMME 2024

Comment lever, assoir, bouger son proche
sans tomber ou se faire mal



Le : repoussé
fin 2024



Kinésithérapeute



NOS TEMPS CONVIVIALITE/BIEN-ÊTRE



Dates fixées avec
les participants

Un repas
partagé



Le :

Atelier
Chant ou
psychophonie



Le :



Anna LINDE

anna.linde@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 un atelier avec une socio-esthéticienne : activité de bien-être et de stimulation cognitive via les sens. Cette activité est adaptée à un public avec des capacités et contraintes différentes (problème de motricité, problème cognitifs, démence, autisme, etc...)

Sur inscription



Centre de Loisir Familles Rurales du Ridellois
52 avenue de la Gare 37190 Azay le Rideau

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

