

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



Café des aidants®

Val d'Amboise

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®**

Val d'Amboise

**Nous vous donnons rendez-vous,
un lundi par mois, de 14h30 à
16h15, autour d'un thème.**

PROGRAMME 2025

Lundi 03 février 2025

Notre Café des Aidants

Lundi 03 mars 2025

La vie sociale, affective et sexuelle lorsqu'on est proche aidant

Lundi 07 avril 2025

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

Lundi 05 mai 2025

Envisager la fin de vie : la sienne, la mienne

Lundi 02 juin 2025

Ce témoignage, mon histoire, mes émotions

Lundi 07 juillet 2025

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

Lundi 01 septembre 2025

Différentes façons d'aider

Lundi 06 octobre 2025

Quand je ne peux plus tenir mes promesses...

Lundi 03 novembre 2025

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

Lundi 01 décembre 2025

Les périodes festives ?



Mairie de Nazelles-Négron

Rue Louis Viset, 37530 NAZELLES-NEGRON



NOS CAFES SPECIAUX



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

Les risques de fausses routes
; Astuces et recettes



Diététicienne

De 10h à 12h



Le : 21/11



ANIMS 37

De 9h à 13h



Le : 16/06

ET

Le : 23/03



NOS TEMPS



CONVIVIALITE/BIEN-ÊTRE

Dates fixées avec
les participants

Une visite



Le :

Un repas
partagé



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 un atelier
avec une socio-esthéticienne : activité de
bien-être 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 inscriptions



@ Fédération Familles Rurales
d'Indre-et-Loire



www.famillesrurales37.org

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

