

**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.

Organisé par :



Avec le soutien de :





Café des  
aidants®

Du Ridellois

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

## PROGRAMME 2022

**Jeudi 03 février 2022**

Café découverte : Être aidant, parlons-en...

**Jeudi 10 mars 2022**

J'aide un proche, ai-je besoin d'aide ?

**Jeudi 07 avril 2022**

Ma vie d'aidant, ma vie d'avant.

**Jeudi 05 mai 2022**

Être aidant : tous ces petits gestes du quotidien

**Jeudi 02 juin 2022**

Quelles clés pour communiquer avec mon proche ?

**Jeudi 07 juillet 2022 (à la MJC d'Azay-le-Rideau)**

Je reste en forme pour mieux l'aider

**Jeudi 08 septembre 2022**

Mes émotions, mes sentiments, parlons-en...

**Jeudi 06 octobre 2022**

J'aide un proche : limites et responsabilités

**Jeudi 10 novembre 2022**

Être aidant et partager...

**Jeudi 01 décembre 2022**

Les richesses de la relation d'aide



À cette adresse :

52 avenue de la Gare  
37190 Azay le Rideau



Contact :

02 47 39 37 51  
anna.linde@famillesrurales.org

Le Café des aidants est soutenu  
par nos partenaires :



AG2R LA MONDIALE

FONDATION  
J.M. BRUNEAU

SOUS L'ÉGIDE DE LA  
FONDATION DE FRANCE



Centre-Val de Loire



FDVA

Fédération Française  
des Villes et des Villages  
Agraires

FONJEP

Fédération Française  
de la Jeunesse  
de la Région de la Loire



Udaf  
Indre-et-Loire