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 adaptées 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 pas nos partenaires :

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'aimerai/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 : reconnaitre 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

Kinésithérapeuthe

Le : .....

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