

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



Café des aidants®

Châteaudun

**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.*

*Durant le café des aidants, la plateforme de répit peut proposer une activité à
votre proche au même endroit. Contactez-les avant au 02.37.45.20.20*



Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois de 09h30 à 11h30, autour d'un thème.

25 septembre 2025

Aidant : qui suis-je ?

30 octobre 2025

Aider seul ou à plusieurs

20 novembre 2025

Quoi faire avec son stress ?

18 décembre 2025

La richesse d'être aidant

22 janvier 2026

Trouver sa place avec les professionnels

19 février 2026

Le répit

19 mars 2026

Trucs et astuces du quotidien

09 avril 2026

Les limites du rôle d'aidant

21 mai 2026

Se projeter dans l'avenir

25 juin 2026

Prendre soin de soi



À cette adresse :

Maison des Seniors

13 rue de Sancheville 282 00 Châteaudun



Contact :

02 45 26 01 30

fd.eureetloir@famillesrurales.org

Le Café des aidants est soutenu
par nos partenaires :

