



VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE **MALADE**,
EN **SITUATION DE HANDICAP OU DÉPENDANT**
DU FAIT DE L'ÂGE ?

**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 gratuit

© DR

SOLIDARITÉ

Le café des aidants

La Fédération Départementale Familles Rurales de l'Indre en partenariat avec l'Association Française des Aidants ont le plaisir de vous inviter au Café des aidants, à Chassignolles.

Publié le 19 novembre 2025

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ? Le café des aidants est un temps convivial d'échange et d'information gratuit ouvert à tous.

Nous vous donnons rendez-vous, un vendredi par mois, de 14h à 15h30, autour d'un thème.

24 NOVEMBRE 2025 : Qu'est-ce qu'un aidant ?

13 AVRIL 2026 : Partager pour ne pas s'épuiser

8 DÉCEMBRE 2025 : Quels sont nos besoins et nos attentes en tant qu'aidants ?

11 MAI 2026 : S'autoriser du répit : Pourquoi et Comment ?

8 JUIN 2026 : Nos gestes d'aidants : entre technicité et tendresse

2 FÉVRIER 2026 : Aider avec ses émotions

6 JUILLET 2026 : Devenir «aidant.e» : Rester soi-même

2 MARS 2026 : Les ressources existantes sur le territoire (acteurs, Soliguide, Guide pratique CLIC 36)

14 SEPTEMBRE 2026 : Ma colère, mes frustrations et ma culpabilité

12 OCTOBRE 2026 : Ce qui vient de sa maladie et ce qui vient de lui/elle

9 NOVEMBRE 2026 : Prendre des décisions, avec lui, à sa place, avec d'autres

7 DÉCEMBRE 2026 : Les repas de famille et les fêtes

Renseignements auprès de :

M. Alexis GODIN

Courriel

Téléphone : 07 70 21 92 33

Adresse :

association La Bouchure (anciens bâtiment La Grange)

12 rue des Échoppes

36400 Chassignolles



DÉPARTEMENT DE L'INDRE

Place de la Victoire et des Alliés CS20639
36020 Châteauroux

Lundi au Vendredi : 8h15 à 12h30 - 13h30 à 17h

02 54 27 34 36