

"Agir ensemble à chaque étape de la vie"



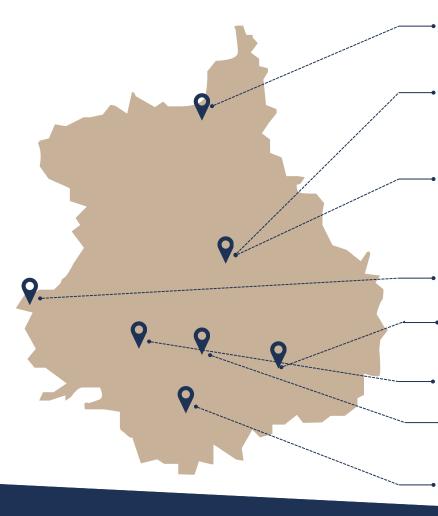
Vivre mieux!

EURE-ET-LOIR

- Cafés des aidants
- Ateliers des aidants
- · Séjours des jeunes aidants
- · Ateliers répit des jeunes aidants



SACTIONS **POUR LES AIDANTS**



Café des aidants

Igglomération chartraine

- Ateliers jeunes aidants
- Séjour répit jeunes aidants

Chartres

- Café des aidants
- Formation des aidants
- Ateliers des aidants

logent-le-Rotrou

Café des aidants

Atelier des aidants

Café des aidants

Bonneval

Atelier des aidants

Châteaudun

Café des aidants et formation

NOS LABELLISATIONS







NOS PARTENAIRES FINANCIERS













des financeurs

NOS PARTENAIRES OPÉRATIONNELS





Dans le cadre de la conférence

















Depuis 1944, le Mouvement Familles Rurales fonde son action sur l'entraide et la solidarité entre les familles.

Depuis plus de 10 ans, la fédération départementale Rurales d'Eure-et-Loir traduit engagement en accompagnant et soutenant les aidants familiaux et les jeunes aidants familiaux.

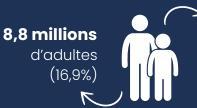
Forte d'une expérience riche, de rencontres et d'une connaissance aigüe des difficultés et de la vie quotidienne des aidants, la fédération met en œuvre des réponses adaptées à l'échange et au répit des aidants. Nous sensibilisons également professionnels au repérage et à l'accompagnement pour que chacun trouve une réponse adaptée à sa situation.

Les aidants familiaux sont indispensables à la vie de leur proche aidé et de notre société, aidons-les!

Liliane CORDIOUX, présidente de la fédération



LES PROCHES AIDANTS FAMILIAUX



0,5 million de mineurs âgés de 5 ans et plus (4,8%)

9,3 millions de proches aidants en France*

Nombre de proches aidants

Type d'aide apportée

6,4 millions**

Soutien moral



5,7 millions**

Aide à la vie quotidienne



1,3 millions**

Aide financière

^{*}Personnes âgées de 5 ans et plus déclarant apporter une aide régulière à un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie

^{**}Une personne peut déclarer apporter régulièrement plusieurs formes d'aides





Qu'est-ce qu'il se passe dans un café des aidants?

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants. Animés par un·e thérapeute et un·travailleur·se social·e, le Café des aidants est un temps convivial d'échange et d'information en libre accès.

Chartres

Un jeudi par mois 14h00 - 16h00

Maison des aidants 45 rue du Faubourg St Jean

11 septembre 2025

9 octobre 2025

13 novembre 2025

18 décembre 2025

22 janvier 2026

12 février 2026

12 mars 2026

09 avril 2026

21 mai 2026

11 juin 2026

02 juillet 2026

Dreux

Un lundi par mois 14h00 - 16h00

Campanile, Dreux

15 septembre 2025 13 octobre 2025

17 novembre 2025

08 décembre 2025

12 janvier 2026

02 février 2026

09 mars 2026

27 avril 2026

18 mai 2026

15 juin 2026

06 juillet 2026



Brou

Un vendredi par mois 14h30 - 16h00

Maison des association - salle 3, Brou

19 septembre 2025

10 octobre 2025

14 novembre 2025

19 décembre 2025

23 janvier 2026

13 février 2026

13 mars 2026

10 avril 2026

22 mai 2026

12 juin 2026

Châteaudun

Un jeudi par mois 09h30 - 11h30

Maison des séniors, Châteaudun

25 septembre 2025

30 octobre 2025

20 novembre 2025

18 décembre 2025

22 janvier 2026

19 février 2026

10 --- ---- 0000

19 mars 2026

09 avril 2026 21 mai 2026

25 juin 2026

Nogent le Rotrou

On mercredi par mois 14h00 - 15h30

> CCAS, 1 rue des acacias, Nogent le Rotrou

17 septembre 2025 15 octobre 2025 03 décembre 2025



Qu'est-ce qu'un atelier pour les aidants?

Le temps d'une rencontre, entre aidants et en toute convivialité, des professionnels vous apportent des outils et des compétences pour améliorer votre vie quotidienne.



Chartres

Un lundi par mois de 14h00 à 16h00 💡 Maison des aidants, 45 rue du faubourg Saint Jean

17 novembre 2025 - La charge mentale par Mme JARROUSSE, thérapeute

15 décembre 2025 - Relaxation : voyage sonore, par Mme RENOUARD, musicothérapeute

12 janvier 2026 - Prendre soin de soi : snozoelen, par SNO AND ZEN, Floriane et Alexandra

09 février 2026 - Le rôle de chacun, par Mme JARROUSSE thérapeute

09 mars 2026 - Prendre soin de soi : hypno thérapie , par M. BROUSSEAU, hypnothérapeute

27 avril 2026 - Formation Premier secours atelier 1, par l'UFOLEP

18 mai 2026 - Formation Premier secours atelier 2, par l'UFOLEP

15 juin 2026 - Formation Premier secours atelier 3, par l'UFOLEP

06 Juillet 2026 - Prendre soin de soi, Ballade sophrologie, par Mme GUIMARD, sophrologue

Bonneval

Un mardi par mois de 14h00 à 16h00 💡 Salle Avé Maria, Bonneval

13 janvier 2026 - Gestion du stress : sophrologie, par Mme ROULIAT, sophrologue

10 février 2026 - Prendre soin de soi : art thérapie, par Mme ISAAC, art thérapeute

24 mars 2026 - Gestion du stress : snoezelen, par SNO and Zen, infirmières

7 avril 2026 - Mes droits d'aidant, par Mme VALY, conseillère technique Familles Rurales

12 mai 2026 - Gestion du stress : art thérapie, Mme ISAAC, art-thérapeute

16 juin 2026 - Prendre soin de soi : ma santé d'aidant, par 3 professionnelles

Voves

Un mercredi par mois de 14h00 à 16h00 💡 4 rue Texier Gallas à Voves

19 novembre 2025 - Prendre soin de soi : yoga, par Mme POUPEAU (13h30-15h30)

03 décembre 2025 - Mes droits d'aidant, par Mme VALY Familles Rurales et Mme BAUER France Service

07 janvier 2026 - Gestion du stress : hypnothérapie et sommeil, Mme FRITZ , hypnothérapeute

11 février 2026 - Prendre soin de moi: ma santé d'aidant, par 3 professionnelles

18mars 2026 - Gestion du stress : sophrologie, par Mme SAPIENCE, sophrologue

29 avril 2026 - Gestion du stress : sophrologie, Mme SAPIENCE, sophrologue

20 mai 2026 - Information : la notion de répit , par Mme VALY

17 juin 2026 - Prendre soin de moi : QIGONG, Mme POUPEAU (13h30-15h30)

01 juillet 2026 - Formation - les gestes qui sauvent -par UFOLEP



LES JEUNES

Qui sont les jeunes aidants?

Un enfant, adolescent ou jeune adulte de moins de 25 ans qui apporte une aide, de manière régulière et fréquente à un proche en situation de handicap ou de maladie. Le proche peut être un parent, un grand-parent, un frère ou une sœur,... vivant à domicile ou non.

Les séjours de répit

Un séjour pour quoi?

Ce séjour est un temps particulier pour des jeunes qui sont à la fois écoliers, collégiens, lycéens et aidants familiaux. Ce séjour est une parenthèse dans le quotidien parfois compliqué, il leur permet de faire une pause, avoir un espace et du temps rien qu'à eux, rencontrer d'autres jeunes vivant la même situation et parler de ce qu'ils ont sur le cœur.

Un séjour comment?

- **AVANT** Réunion de présentation aux familles pour répondre aux questions
 - Entretien individuel pour chaque jeune et sa famille

- PENDANT Participation aux activités et à la vie quotidienne
 - réalisation de la thématique du séjour (sport, théâtre, art,...)
 - Parler de soi et de son quotidien en collectif et/ou en individuel

- **APRÈS** Evaluation du séjour sur le jeune et sa famille
 - ateliers répit thématiques proposés en complément



INFOS PRATIQUES

- Jeunes de 6 à 17 ans
- Agglomération chärtraine
- 5 jours et 4 nuits
- Du 20 au 24 octobre 2025
- **Gratuit**





Ces jeunes aident de différentes manières, en apportant des soins, en aidant pour les démarches administratives, pour les activités domestiques, en apportant un soutien moral, etc.

Les ateliers de répit

Mercredi 08 octobre 2025 -

Mercredi 12 novembre 2025 -

Mercredi 10 décembre 2025 -

samedi 17 Janvier 2026 -

mercredi 18 février 2026 -

mercredi 25 mars 2026 mercredi mai 2026 -

samedi 06 juin 2026 -

mardi 7 juillet 2026 -

Atelier d'art

Atelier cuisine

confignce en moi

Atelier cuisine

Bar à jeux

Atelier cuisine

Ferme pédagogique - 13h00 - 17h00 ♀ Abondant

Ferme des carreaux

P'tit tour de vélo

- 14h00 - 17h00 • Chartres

- 14h00 - 17h00 💡 Chartres

- 14h00 - 17h00 • Chartres

- 10h30 - 15h00 • Chartres

- 14h00 - 117h00 O Dreux

- 14h00 - 17h00 ♥ Chartres

- 11h00 - 17h00 ♀ Lucé

- 11h00 - 17h00 • Chartres

Possibilité de transport sur demande

LES JEUNES AIDANTS FAMILIAUX







Colléaiens

1963 participants

12.3% sont jeunes aidants



4 037 participants

sont jeunes aidants



6 767 participants

15.9% sont jeunes aidants



FAMILLES RURALES

Qui sommes-nous?

Familles Rurales est une association reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain. Familles Rurales est le premier Mouvement familial associatif de France, il est un acteur incontournable de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire.

Pluraliste, indépendant et laïc, le Mouvement porte un projet humaniste et social fondé sur la famille, les territoires et la vie associative.

Des valeurs partagées

- Entraide et solidarité
- Initiative et responsabilité
- Participation et citoyenneté
- Convivialité et échange

Familles Rurales en Eure-et-Loir

2000 familles adhérentes

37 associations locales

260 bénévoles

30 salariés





Fédération Familles Rurales d'Eure-et-Loir 45 rue du Faubourg Saint Jean 28000 CHARTRES

02.45.26.01.30 - fd.eureetloir@famillesrurales.org

