

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



Café des aidants[®]

**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'échanges et d'informations en libre accès**

Accès libre et gratuit sans obligation d'assiduité.

3 lieux créés pour les aidants sur le territoire de l'Isère Rhodanienne.



BEAUREPAIRE
1 mardi par mois
14H30-16h00

9 janvier : Partageons nos envies, nos besoins, nos ressources

13 février: Répartition des charges et des responsabilités dans la famille

12 mars : Être aidant dans la durée, comment ne pas s'épuiser ? Et ma santé dans tout ça ?

9 avril: Moi aidant, j'ai aussi le droit à l'erreur

21 mai : Quand le domicile devient difficile

11 juin : Aidant- aidé quels loisirs pour chacun

2 juillet : Ces mots qui dépassent notre pensée

Annexe du centre social et culturel

5 rue du 4 septembre
38270 BEAUREPAIRE
(près de la salle du Rocher)

Renseignements au Centre
social : 04-74-79-07-20



Ou au service
autonomie :
04-74-87-93-30



VIENNE
1 mardi par mois
15H00 - 16H30

23 janvier : Je me découvre des ressources insoupçonnées !

27 février: La multitude d'organismes, comment s'y retrouver ?

26 mars : Et si on pensait aux loisirs, aux vacances !

30 avril: Stimuler, comment, pourquoi ?
Séance avec intervention de l'ESAD

14 mai : Aider par amour, par devoir...

25 juin : Il m'arrive de vouloir tout plaquer !

23 juillet : Apprivoiser son sentiment de culpabilité

Restaurant Chez Norbert et Philippe

5, rue Jean MOULIN
38200 VIENNE

Renseignements
au service autonomie :
04-74-87-93-30



ROUSSILLON
1 jeudi par mois
15h00-16h30

11 janvier : Répartition des charges et des responsabilités au sein de la famille

8 février : Comment valoriser et maintenir les capacités cognitives, sensorielles et motrices ? - Séance avec intervention de l'ESAD

7 mars : Les dispositifs d'aide et de soutien à domicile

4 avril: Comment conserver un lien de qualité avec mon proche ?

16 mai : Aidants/aidés : quels loisirs pour chacun

6 juin : Et si un jour je n'ai plus envie d'aider ?

4 juillet : Moi aidant, j'ai aussi le droit à l'erreur

Hôtel Le Logis Dauphinois

Avenue Jean Jaurès
38150 ROUSSILLON

Renseignements
au service autonomie :
04-74-87-93-30

**Participation : une consommation prise sur place
(pour Vienne et Roussillon)**