

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



Café des aidants®

ASSIEU - ROUSSILLON

**Venez échanger
votre expérience avec d'autres aidants !**

Entrée libre et gratuite

Participation : une consommation prise sur place

isère
LE DÉPARTEMENT

Association Française des
aidants



**Café des
aidants®**

Assieu - Roussillon

**Nous vous donnons
rendez-vous
un jeudi par mois
de 15h à 16h30**

PROGRAMME - Janvier à Décembre 2021

Chez Crap&Gwëlle

- **Jeudi 21 janvier**

Comment est-ce que je me sens en tant qu'aidant aujourd'hui ?

- **Jeudi 4 mars**

Prendre soin de ma santé, prendre soin de la santé de mon proche.

- **Jeudi 6 mai**

Le domicile : quels aménagements, quelles limites ?

- **Jeudi 1er juillet**

Je suis aidant : ce qui a changé dans ma vie.

- **Jeudi 7 octobre**

Apprendre à mieux communiquer, prévenir les conflits.

- **Jeudi 2 décembre**

Thème libre autour d'un goûter partagé.

Hôtel Le Logis Dauphinois

- **Jeudi 4 février**

Les dispositifs d'aide et de soutien aux aidants.

- **Jeudi 1er avril**

Et si on partait en vacances ?

- **Jeudi 3 juin**

Mes désirs, mes souhaits pour mon proche sont-ils les siens ?

- **Jeudi 2 septembre**

Ces petits riens qui me font la vie plus belle, venez partager vos recettes et astuces.

- **Jeudi 4 novembre**

Les fêtes approchent, ma famille, mes amis...



Rendez-vous

Contact

Chez Crap&Gwëlle

25, rue Triévoz
38150 Assieu

Hôtel Le Logis Dauphinois

11, avenue Jean Jaurès
38150 Roussillon

En raison des conditions sanitaires, le nombre de participants pouvant être limité, nous vous conseillons de vous inscrire

au 04 74 87 93 30

ou sur tir.autonomie@isere.fr