

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



Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps convivial d'échange et d'information

***Espace d'échange ouvert,
le premier jeudi du mois,
dédié aux personnes qui accompagnent une
personne âgée, malade, ou porteuse de handicap.***

Espace de discussions et d'échanges :

Lieu où des intervenants viendront apporter des informations sur cette responsabilité quotidienne. Venez comprendre et échanger quand vous le souhaitez avec d'autres aidants.

Le *Café des aidants* est soutenu par nos partenaires :





Café des
aidants®

Bourg d'Oisans

Chaque premiers jeudi du mois
Maison du Département - Oisans
200 avenue de la Gare
Le Bourg d'Oisans

PROGRAMME 2024

Jeudi 4 janvier, 14h/15h30

« Souhaits et perspectives pour cette nouvelle année »

Jeudi 1 février, 14h/15h30

« Comment me maintenir en forme ? »

Jeudi 7 mars, 14h/15h30

« Le casse-tête des démarches administratives »

Jeudi 4 avril, 14h/15h30

« Le deuil blanc : la vie d'avant »
Café délocalisé à Le Freney D'Oisans
Possibilité de co-voiturage avec départ de la MDD

Jeudi 2 mai, 14h/15h30

« Penser aux vacances, s'octroyer du répit »
Intervention d'une professionnelle

Jeudi 6 juin, 14h/15h30

« Pourquoi je culpabilise autant ? »

Jeudi 4 juillet, 14h/15h30

« Lecture, théâtre, cinéma : inspirations et ressources »

Jeudi 1 août, 14h/15h30

« Changer de lieu de vie : possibilités de mon secteur »
Café délocalisé à l'EHPAD Abel Maurice

Jeudi 5 septembre, 14h/15h30

« Je me ressource : avec la participation d'un intervenant spécialisé »

Jeudi 3 octobre, 14h/15h30

« Comment protéger juridiquement mon proche ? »
Intervention d'une mandataire judiciaire

Jeudi 7 novembre, 14h/15h30

« Les loupés de la communication »

Jeudi 5 décembre, 14h/15h30

« Et si on préparait les fêtes ? »



Contact :

Maison Département Oisans

04.76.80.03.48