

**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'échange et d'information en libre accès.

***Espace d'échange ouvert, le 3eme jeudi du mois, dédié aux personnes qui accompagnent un proche (conjoint, parent ou enfant) : âgé, malade, ou porteur de handicap.***

*Temps d'échange entre aidants : lieu où des intervenants viendront apporter des informations sur cette responsabilité quotidienne. Venez comprendre, parler, échanger... avec d'autres personnes*

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





**Café des  
aidants®**

La Mure

Chaque 3ème jeudi du mois  
Maison du Département-Matheysine  
2 rue du Pont de la Maladière  
La Mure

## PROGRAMME 2023

**Jeudi 21 septembre, 15h-16h30**

« L'aide à un proche : quelles limites ? »

**Jeudi 19 octobre, 15h-16h30**

« Répartition des charges et des responsabilités au sein de la fratrie »

**Jeudi 16 novembre, 15h-16h30**

« Comment protéger mon proche juridiquement ? »  
avec l'intervention d'une mandataire judiciaire

**Jeudi 21 décembre, 15h-16h30**

« Envisager les fêtes »

## PROGRAMME 2024

**Jeudi 18 janvier, 15h/16h30**

« S'adapter à l'évolution de la maladie »

**Jeudi 15 février, 15h/16h30**

« Penser aux vacances, s'octroyer du répit »

**Jeudi 21 mars, 15h/16h30**

« Le Handicap Psychique »

**Jeudi 18 avril, 15h/16h30**

« Pourquoi je culpabilise autant ? »

**Jeudi 16 mai, 15h/16h30**

« Ne pas se laisser envahir »

**Jeudi 20 juin, 15h/16h30**

« Je reste en forme pour mieux aider »

**Jeudi 18 juillet, 15h/16h30**

« Les échappées de l'été »

Café des aidants délocalisé à la Résidence d'Hébergement Temporaire la  
Pierre Percée à La Motte d'Aveillans

**Jeudi 22 août, 15h/16h30**

« Les échappées de l'été »

Café des aidants délocalisé à l'EHPAD La Maisoun à La Mure



**En espérant vous y accueillir nombreux (ses) !**



Contact : Maison Département Matheysine  
04.57.48.11.11

