

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



*Café des aidants*<sup>®</sup>

**Vinay**

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 d'accès.

Organisé par :

**isère**  
LE DÉPARTEMENT  
[www.isere.fr](http://www.isere.fr)

Avec le soutien de :

 Association Française des  
**aidants**



Nous vous donnons rendez-vous,  
un lundi par mois, de 14h30 à 16h,  
autour d'un thème.

## PROGRAMME 1er semestre 2022

### Lundi 24 janvier

L'aide à un proche : sans bornes, sans limites

### Lundi 21 février

Etre aidant : ma santé s'en ressent

### Lundi 14 mars

Prendre soin de soi, qu'est-ce que cela veut dire ?

### Lundi 11 avril

L'évolution de la situation, de la maladie, comment m'y adapter ?

### Lundi 16 mai

Entre accepter, subir, se révolter...La couleur des émotions des aidants

### Lundi 20 juin

Associer mes proches aux choix, comment aborder les sujets difficiles ?

**Au vu du contexte, le pass sanitaire est obligatoire**

**ENTREE LIBRE ET GRATUITE**

Avec 1 participation demandée : une consommation



À cette adresse :  
Auberge de la Noyeraie  
10, Place de l'hôtel de ville  
38470 Vinay

Contact :  
Service autonomie  
04.76.36.38.38  
tsg.autonomie@isere.fr