

**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 :**





Maison Département Oisans

04.76.80.03.48

Chaque premier jeudi du mois

Bourg d'Oisans

## PROGRAMME 2025

**Jeudi 2 janvier, 14h/15h30**

« STOP l'épuisement »

**Jeudi 6 février, 14h/15h30**

« Les démarches en ligne » avec intervention de France Services

**Jeudi 13 mars, 14h/15h30**

« Soutenir un proche : dans la fratrie qui fait quoi ? »

**Jeudi 3 avril, 14h/15h30**

« Les échappées belles : détente, loisirs et rencontres »

*Café délocalisé à La Résidence les Tilleuls- Allemont*

*Possibilité de co-voiturage avec départ de la MDD à 13h45*

**Jeudi 5 juin, 14h/15h30**

« Maladie neurodégénératives : connaître et comprendre »

Intervention de Gaëlle CHESNEAU, ESA

**Jeudi 3 juillet, 14h/15h30**

« Les échappées belles : s'évader et se ressourcer »

*Café délocalisé à La Maison des habitants- 2 Alpes*

*Possibilité de co-voiturage avec départ de la MDD à 13h20*

**Jeudi 7 août, 14h/15h30**

« Aide et bienveillance »

Contact : Maison du département de l'Oisans

Tél : 04.76.80.03.48