



# Café des aidants

Seyssins, Seyssinet-Pariset, Fontaine,  
Sassenage, Veurey et Noyarey

Des espaces d'échanges  
ouverts à tous ceux qui  
aident un proche âgé

Un jeudi par mois de 15h à 17h (dates au dos)

Café du centre : 14 Av. Louis Armand, Seyssins. Tram C arrêt "Grand Pré"  
ou Le Relais des motards : 34 Av. du Vercors, Fontaine. Lignes 19/C6 arrêt "Curie Vercors"

Une participation sous forme d'une consommation sera demandée.

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



Conseil général de l'isère  
Territoire de l'Agglomération grenobloise - service autonomie  
Nicolas SALVATORI - Coordonnateur CORTA  
04 38 12 48 96 - 06 75 27 41 05 ou nicolas.salvatori@cg38.fr  
15, avenue Doyen Louis Weil - BP 338 - 38010 Grenoble cedex 1

**isère**  
CONSEIL GÉNÉRAL  
[www.isere.fr](http://www.isere.fr)

 Association Française des  
**aidants**



# Un dispositif de soutien aux aidants familiaux

La perte, le manque d'autonomie que subissent des enfants, des parents, des conjoint(e)s bouleversent, sidèrent les familles prises au dépourvu, ne sachant comment se comporter, s'épuisant dans cette responsabilité quotidienne.

Comprendre, parler, échanger... avec d'autres vivant la même situation, avec des professionnels spécialisés, c'est tout le sens des actions collectives que le Conseil général vous propose sur toute la grande agglomération grenobloise ainsi que dans tous les territoires du Département.

Ce café est dédié aux personnes (parents, frères et sœurs, proches) qui accompagnent une personne âgée. Il sera un temps d'échange entre aidants mais aussi un lieu où des intervenants viendront apporter des informations utiles aux participants.

Je vous invite à participer à ces actions qui, pour les "aidants familiaux" que vous êtes, sont aussi des moments de répit.

Cordialement,  
Gisèle Perez

Vice-présidente du Conseil général de l'Isère  
en charge de la solidarité avec les personnes âgées  
et les personnes handicapées



## CALENDRIER DES DATES

- **Jeudi 9 octobre 2014 :**  
**Prendre soin de soi** – Café du centre
- **Jeudi 13 novembre 2014 :**  
**La famille et le couple face à la dépendance** –  
Le relais des motards
- **Jeudi 11 décembre 2014 :**  
**Les aides financières** – Café du centre
- **Jeudi 8 janvier 2015 :**  
**Le quotidien d'un aidant** – Le Relais des motards
- **Jeudi 12 février 2015 :**  
**Le centre mémoire de l'hôpital** – Café du centre
- **Jeudi 12 mars 2015 :**  
**Thème libre** – Le Relais des motards
- **Jeudi 9 avril 2015 :**  
**Thème libre** – Café du centre
- **Jeudi 7 mai 2015 :**  
**La fin de vie** – Le Relais des motards
- **Jeudi 11 juin 2015 :**  
**Les relations aidants/professionnels** –  
Café du centre

### Ateliers

**"Prendre du temps pour soi"** avec une esthéticienne, pour hommes et femmes – à l'espace familles du CCAS de Sassenage, 1 av. de Valence, les 1<sup>er</sup> octobre ; 4 novembre et 2 décembre 2014 de 14h à 16h30.

**"Savoir gérer le stress – techniques de relaxation"** avec une sophrologue à l'Arche, 79 Av. de la République à Seyssinet-Pariset les 3 février ; 3 mars et 7 avril 2015 de 14h à 16h30.