



Nous vous donnons rendez-vous,  
Un **Mardi** par mois,  
De **14h à 15h30**,  
autour d'un thème.

## PROGRAMME

### Fin 2020 à distance

#### Mardi 24 novembre

Etre aidant aujourd'hui

#### Mardi 08 décembre

Aidants et aides extérieures ?

#### Mardi 12 janvier

En quoi le passé colore le présent ?

#### Mardi 02 février

Savoir s'écouter, quelles sont mes limites ?

#### Mardi 09 mars

Je me sens seul

#### Mardi 06 avril

Changer de lieu de vie ?

#### Mardi 04 mai

Les deuils possibles

#### Mardi 02 juin

Je me ressource

### 2021

En présentiel à la Salle du Platane.

Ou selon les annonces gouvernementales, il y aura une poursuite des rencontres à distance, à confirmer, sinon dans le jardin proche de l'école de musique.



À cette adresse :

En présentiel

Salle du Platane

5 rue du platane

38 610 Gières



Contact :

Isabelle Greco,  
**06 23 82 58 50**  
ou CCAS de Gières  
04 76 89 69 40

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



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

## Café des Aidants à distance



Gières

Soit par téléphone, soit par internet,  
un mardi par mois de 14h à 15h,  
sur inscription

Rencontres ouvertes à tous les habitants



Organisé par :



Avec le soutien de :

