

Les Rencontres de l'Autonomie

PROGRAMME 2026

NOUVELLE ÉDITION
2026

THÈMES

Session 1

OU

Session 2

ADAPTER MON LOGEMENT :
ANTICIPER POUR MIEUX SE PRÉSERVER !

24 FÉVRIER

22 SEPTEMBRE

LE 1^{ER} PAS VERS LA LIBERTÉ C'EST DE POUVOIR
SE DÉPLACER : À PIED, EN VOITURE,
EN FAUTEUIL, EN TRANSPORT... ?

24 MARS

20 OCTOBRE

TRUCS ET ASTUCES POUR MES GESTES DU
QUOTIDIEN : HYGIÈNE, HABILLAGE, REPAS...

21 AVRIL

24 NOVEMBRE

RÉUSSIR MON MAINTIEN À DOMICILE FACE
À MA PERTE D'AUTONOMIE

5 MAI

3 NOVEMBRE

ÊTRE AIDANT: BIEN INFORMÉ,
BIEN ACCOMPAGNÉ

2 JUIN

8 SEPTEMBRE

AIDANT D'UN ENFANT EN SITUATION DE
HANDICAP : CONNAÎTRE SES DROITS ET
SOLLICITER LES AIDES

30 JUIN

En collaboration avec



AIDANT D'UN ENFANT EN SITUATION DE
HANDICAP : PRENDRE SOIN DE MOI

13 OCTOBRE

LES
MARDIS
DE
14H00
À
16H30

Demande
d'inscription et
renseignements par
téléphone au

04 71 07 21 80

ou par mail à :

accueil.mda@hauteloire.fr

ADRESSE : Maison de l'Autonomie
78 bis Avenue Maréchal Foch - 43000 Le Puy-en-Velay
ACCÈS : Arrêt Tudip «Maison de l'Autonomie» Ligne A B E