

Les Rencontres de l'Autonomie

PROGRAMME 2026

NOUVELLE ÉDITION
2026

THÈMES	Session 1	OU	Session 2	LES MARDIS DE 14H00 À 16H30	
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 SOLICITER LES AIDES	30 JUIN	En collaboration avec 			
AIDANT D'UN ENFANT EN SITUATION DE HANDICAP : PRENDRE SOIN DE MOI	13 OCTOBRE				

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