

TOUS LES BONS CÔTÉS DE LA VILLE



# AIDANTS

## PROGRAMME DES RENDEZ-VOUS GRATUITS 2024/2025

- ▶ **Vous vous occupez d'un proche** (enfant, parent...), malade, en situation de handicap ou dépendant ?
- ▶ Toute la journée ou **plusieurs heures par jour ?**
- ▶ Tous les jours ou **quelques jours par semaine ?**

**Peu importe, VOUS ÊTES AIDANT.**

→ **CCAS Ville d'Oullins-Pierre-Bénite**  
Hôtel de Ville - Place Salengro - 69600 Oullins  
04 72 39 73 13

   [OULLINSPIERREBENITE.FR](https://www.oullinspierrebenite.fr)

**OULLINS  
\_PIERRE\_  
BÉNITE**



La Ville d'Oullins-Pierre-Bénite se mobilise pour les aidants du territoire en proposant un lieu d'échange et d'écoute au **Café des Aidants**<sup>®</sup>. Des ateliers pour prendre du temps pour soi, à l'abri de tout jugement et dans un climat bienveillant, vous sont proposés tout au long de l'année. Ils sont animés par une psychologue, une infirmière et une puéricultrice. Vous avez un proche que vous accompagnez dans les actes de la vie quotidienne ? Nous vous dédions du temps et un endroit pour vous épauler.

Tous les 1<sup>ers</sup> mardis du mois de 9h45 à 11h30, notre Café des Aidants<sup>®</sup> ouvre ses portes au sein du Goût du jour situé au 3 rue Pierre-Joseph Martin à Oullins-Pierre-Bénite. Entrée libre et gratuite.

Une fois par an, la Ville se mobilise pour les aidants en organisant **la journée des aidants**. Entrée sur inscription et gratuite.



#### POUR + DE RENSEIGNEMENTS :

contactez [aidant@oullinspierrebenite.fr](mailto:aidant@oullinspierrebenite.fr) / 04 72 39 73 13

## AU PROGRAMME

### ● 3 septembre 2024

L'expérience d'aidant : entre richesse et intensité

### ● 14 septembre 2024

Journée des aidants

### ● 2 octobre 2024

Définir nos gestes d'aidant

### ● 5 novembre 2024

La question de l'intimité dans la relation d'aide

### ● 3 décembre 2024

Quelles clés pour communiquer avec mon proche

### ● 7 janvier 2025

La charge émotionnelle de l'aidant

### ● 4 février 2025

Seul face à la maladie ?

### ● 11 mars 2025

Être aidant et garder un lien avec ses proches

### ● 3 avril 2025

Je ne reconnais plus mon proche, la question du deuil blanc

### ● 6 mai 2025

Et moi, qui prend soin de moi ?

### ● 3 juin 2025

Et ma propre santé dans tout ça ?

### ● 1<sup>er</sup> juillet 2025

Les solutions d'accueil et d'hébergement pour mon proche

