

# les Rencontres de l'Autonomie

La Maison Départementale de l'Autonomie  
vous accueille dans sa Maison Bleue :

**Votre expérience est précieuse,  
venez la partager !**

• Groupe de 8 personnes maximum •

Que vous  
soyez aidants,  
en perte  
d'autonomie  
ou en situation  
de handicap



Animé par différents  
professionnels

Demande  
d'inscription et  
renseignements par  
téléphone au  
**04 71 07 21 80**  
ou par mail à :  
[accueil.mda@hauteloire.fr](mailto: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

# 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<sup>ER</sup> 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

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](mailto: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