

NOUVELLE ÉDITION
2026

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

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^{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