

En Tandem

L'espace d'accueil des aidants

Besoin d'informations ?

Lundi – Mercredi - Vendredi matin sans RDV
Entretiens personnalisés sur RDV

Les ateliers

- Atelier « massage » (aidants)*

-Vendredi 9 janvier 2026
-Mardi 20 janvier 2026
-Vendredi 6 février 2026
-Mardi 17 février 2026
Les matins, créneau de 1heure sur RDV

Gratuit sur inscription

- Prendre soin de l'autre tout en préservant son dos (aidants)*

Votre proche a du mal à se lever seul, à se déplacer. Cet atelier vous permet d'acquérir les bons gestes pour l'aider sans vous faire mal au dos et de connaître les aides techniques existantes –
Sur RDV

Gratuit sur inscription

Les moments de convivialité

- Après-midi Karaoké et galette (aidants/aidés ou aidants)

-Mardi 20 janvier 2026 de 14h00 à 16h00
Gratuit sur inscription

-Après-midi jeux (aidants/aidés ou aidants)

-Mardi 24 février 2026 de 14h à 16h00
Gratuit sur inscription

-Deux sorties aidants/aidés à la journées sont en cours de préparation *(Les dates et modalités d'inscription vous seront communiquées ultérieurement)*

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
07 64 81 02 17

Innovadom@paysvoironnais.com



Campus La Brunerie
Bâtiment Inolab Formation (1^{er} étage)
180, bd de Charavines - 38500 Voiron

Les permanences de nos partenaires

- Permanences écoute France Alzheimer Isère

France Alzheimer Isère offre aux proches aidants et aux personnes malades des temps d'accueil et d'écoute.

Tous les derniers vendredis du mois sur RDV de 1h (gratuit)

- Vendredi 30 janvier (14h00-17h00)
- Vendredi 27 février (14h-17h00)

- Permanences de l'ergothérapeute du Centre de Ressources Territoriale

Une ergothérapeute vous reçoit en RDV et vous propose des conseils personnalisés au regard de votre situation.

Tous les lundis de 9h00 à 12h00 sur RDV de 1h (gratuit)

Les conférences

Des conférences sont prévues au premier semestre

(Les dates vous seront communiquées ultérieurement)

- Soirée d'information et de sensibilisation sur la maladie d'Alzheimer
- Conférence : la relation de dépendance, une relation douce-amère

Pré-inscription possible

*Avec le soutien de la CNSA dans le cadre de la commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Isère

