



## Le bistrot ambulant

Le bistrot ambulant est un lieu d'échanges itinérant dans le Pays Bellegardien, pour les aidants, les familles et les personnes retraitées accompagnées à domicile ou en établissement.



## Pour qui ?

- **Vous, aidant** (famille, voisin, aide à domicile...) qui accompagnez une personne retraitée.
- **Vous, qui êtes accompagné à domicile ou en établissement.**

## Pourquoi ?

- **Vous accompagner dans la durée.**
- **Vous proposer des activités à partager.**
- **Vous permettre de souffler, d'échanger avec d'autres sans crainte d'être jugé.**
- **Vous apporter un éclairage.**

## Où ?









- **Dans un café ou une salle communale** du Pays Bellegardien.

## Comment ?

- **Un cycle annuel de 10 rencontres gratuites**, élaboré par une équipe de bénévoles et de professionnels, sans inscription au préalable.
- **Des informations et des échanges.**
- **Des activités sociales, culturelles et de loisirs.**

# Programme

Les rencontres auront lieu un jeudi par mois de 14h30 à 17h.

Dates	Thème	Intervenant	Lieu
18/01/2024 	<b><i>Pause entre aidants</i></b>		Centre Jean Marinet BELLEGARDE
15/02/2024 	<b><i>Restons gourmands !</i></b>	ADAPA	Salle des Etournelles CHATILLON EN MICHAILLE
14/03/2024 	<b><i>En lien avec les animaux</i></b>	Association Anim'Allié(e)s	Salle des Fêtes VILLES
11/04/2024 	<b><i>Contes à tous les vents</i></b>	Association Les Voix du Conte	Salle des Fêtes MONTANGES
16/05/2024 	<b><i>Restons en forme</i></b>	Siel Bleu	Salle de réunion SURJOUX
20/06/2024 	<b><i>Chantons avec les Jojos</i></b>	Les Jojos	Tram Bar CONFORT
19/09/2024 	<b><i>1, 2, 3 ... créons</i></b>	Marion BOYER, Art-thérapeute	Salle des Fêtes St GERMAIN DE JOUX
17/10/2024 	<b><i>Avec les clowns</i></b>	Compagnie Théâtre du Mont Royal	Salle des Fêtes CHANAY
14/11/2024 	<b><i>Jouons ensemble</i></b>	Les Jeux de Loïc	Auberge Les gourman'dinent GENISSIAT
19/12/2024 	<b><i>Préparons Noël</i></b>		Salle des Fêtes Vanchy BELLEGARDE

Légende :



accessible à tous



réservé aux aidants

Pour tout complément d'information

**MSA Ain-Rhône**  
Service social  
50 rue Paul Painlevé  
01130 NANTUA  
Tél. : 04 74 45 98 31

**CLIC du Pays Bellegardien**  
5 rue des papetiers - Bellegarde-sur-Valserine  
01200 VALSERHONE  
Tél. : 04 50 48 71 64  
@ : clic@ccpb01.fr

**N'hésitez pas à contacter votre MSA**