

Café des aidants®

*Pour vous qui accompagnez un proche !
Construire ensemble en fonction de vos envies.*

*Les 1^{ers} mercredis du mois
(sauf le 8/01)*

de 14h30 à 16h30

Café La Cloche - 2 place Alsace Lorraine - Gap

2020
8 janvier, 5 février
4 mars, 1^{er} avril
6 mai, 3 juin
1^{er} juillet

Moments de partage et de convivialité

08/01 : Comment j'ai profité du temps des fêtes avec mon proche ?

05/02 : Du positif dans la relation d'aide

04/03 Et ma propre santé dans tout cela ?

01/04 : J'aide mon proche, j'ai besoin de souffler

06/05 : Ce que je suis seul(e) à vivre...

03/06 : Etre aidant(e) et après ?

01/07 : Je ne suis pas l'aidant(e) parfait(e) mais je fais ce que je peux

Contact

Inès DEVESTEL 06 75 75 76 68

plateforme-aidants@fondationseltzer.fr