

# Café des aidants®

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



*à partir de  
janvier 2021*

*Les 2<sup>e</sup> mercredis du mois à Gap  
(1<sup>er</sup> mercredi en juillet) de 14h à 16h*

## *Sur inscription*

*(Le lieu sera indiqué au moment de l'inscription.)*

## *Moments de partage et de convivialité*

*13/01 Aidant(e) et confinement + 10/02 Nos projets,  
nos envies pour cette nouvelle année + 10/03 S'adapter  
aux nouvelles façons de communiquer et d'être en  
lien + 14/04 Je ne suis pas l'aidant(e) parfait(e),  
je fais ce que je peux + 12/05 Ce que je suis seul(e)  
à vivre + 09/06 Si je ne peux plus aider mon proche,  
comment cela se passera pour lui ? + 07/07 Rester  
entouré(e) malgré la distanciation sociale*

*Contact*

**Inès DEVESTEL 06 75 75 76 68**

**plateforme-aidants@fondationseltzer.fr**