

# Caf'entr'aidants

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



À partir de  
janvier 2024

Le 3<sup>ème</sup> mardi du mois de 14h à 16h

Résidence Guil-Écrins

Chemin du Queyron 05600 Guillestre

## Moments de partage et de convivialité

16/01 - Être proche aidant, c'est qui ? c'est quoi ?

20/02 - La famille est-elle toujours un relai ? un soutien ?

19/03 - Et si je n'ai plus envie d'être aidant ?

16/04 - Comment maintenir la communication avec mon proche ?

21/05 - Comment faire face à l'évolution de la maladie ?

18/06 - Qu'est-ce que cette relation d'aide m'apporte / m'a apporté ?

## CONTACT

06 75 75 76 68

[plateforme-aidants@fondationseltzer.fr](mailto:plateforme-aidants@fondationseltzer.fr)

Plateforme Seltzer des Aidants - 118 route de Grenoble - 05107 Briançon

[www.fondationseltzer.fr](http://www.fondationseltzer.fr)  