

# Café des aidants<sup>®</sup>

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

À PARTIR DE  
JANVIER 2023

## À la Médiathèque de 14h à 15h30

28 Avenue du 159<sup>ème</sup> Ria 05100 Briançon

**Sous-réserve :** Prolongez le café ! À 15h30, la Médiathèque vous propose de découvrir des ouvrages sélectionnés pour vous !

## Moments de partage et de convivialité

**12/01** - Mes souhaits, mes envies pour cette nouvelle année

**9/03** - Mon proche et son hygiène de vie : le peut-il ? le veut-il ?

**13/04** - Aider sans s'épuiser en acceptant d'être aidé

**11/05** - Et s'il m'arrivait quelque chose, que ferait mon proche ?

**8/06** - On ne se parle plus : la communication à l'épreuve de la maladie

**20/07** - De ma vie d'avant à ma vie d'aujourd'hui

## CONTACT

Marie LISON 06 38 78 40 43

plateforme-aidants@fondationseltzer.fr