



Café des aidants®

Embrun

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

1^{er} semestre 2026



Un mercredi par mois de 10h à 12h
À La mazelière

Place Barthelon 05200 Embrun

Pendant votre absence nous pouvons organiser la venue d'un professionnel
à votre domicile.

Moments de partage et de convivialité

- 7/01** - Qui suis-je au-delà de mon rôle d'aidant ?
- 4/02** - Je fais tout pour... mais jusqu'à quel point ?
- 4/03** - Le domicile coûte que coûte ?
- 1/04** - Mes relations à mon proche avant la dépendance
- 6/05** - Réinventer le lien
- 10/06** - Ma boîte à outils pour apprivoiser mes émotions (en extérieur si la météo le permet)

CONTACT

06 75 75 76 68 / plateforme-aidants@fondationseltzer.fr