



Café des aidants®

Serres / Laragne

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

1^{er} semestre 2026



Les mardis ou jeudis de 14h à 16h

"Hang'Art" Route de Grenoble 05700 **Serres**

Médiathèque Cour du château 05300 **Laragne**

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

Moments de partage et de convivialité

06/01 à Serres - Qu'est-ce que je choisis pour moi cette année ?

05/02 à Laragne - Qu'est-ce que ça m'apporte d'être aidant ?

03/03 à Serres - Tous aidant·es : valeurs communes ?

09/04 à Laragne - Et mes émotions dans tout ça ?

05/05 à Serres - Et après...

11/06 à Laragne - Tout repose-t-il sur moi ?

7/07 à Serres - Ma boîte à outils pour prendre soin de moi

CONTACT

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