



Café des aidants®

L'Argentière-la-Bessée

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

1^{er} semestre 2026



**Un lundi par mois de 14h à 16h
Au Centre Socio-culturel du Pays des Écrins**

10 rue Saint-Jean 05120 L'Argentière-la-Bessée

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

Moments de partage et de convivialité

- 12/01** - Comment rester en forme ?
- 02/02** - Accepter les mains tendues
- 02/03** - Et mes nuits ?
- 30/03** - "Le deuil blanc"
- 04/05** - Envisager un autre lieu de vie
- 01/06** - Je me fais des reproches ?

CONTACT

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