



Plateforme Seltzer des Aidants  
Fondation Edith Seltzer

# Café des aidants<sup>®</sup>

L'Argentière-la-Bessée

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

1<sup>er</sup> 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](mailto:plateforme-aidants@fondationseltzer.fr)