

DU 2 AU 6 JUIN 2025



"Territoires Aidants" est le réseau de partenaires des Hautes-Alpes dédié à l'aide aux aidants

LUN
2

EMBRUN

"LES SOIRÉES DE L'AIDANT" : RENCONTRE AUTOUR DU TND (POUR LES PROCHES ACCOMPAGNANT UN ENFANT AYANT UN TROUBLE DU NEURODEVVPT)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

CROTS

COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MAR
3

GAP

• CAFÉ DES AIDANTS® À L'ANTRE DES JEUX (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

• MÉDITATION (9H-10H)

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

ST BONNET

CAFÉ DES AIDANTS® À LA MÉDIATHÈQUE (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

SERRES

CAFÉ DES AIDANTS® AU HANG'ART (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

EMBRUN

CAFÉ DES AIDANTS® À TISS'ÂGES (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

VISIO

FORMATION 1/2 : PREMIÈRE APPROCHE SUR LE RAPPORT À LA MORT ET AU DEUIL (13H30-17H)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)

INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

MER
4

GAP

PAROLES EN MARCHÉ (14H-16H)

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

BRIANÇON

GROUPE DE PAROLE

UNAFAM (06 40 54 73 81)

LARAGNE

GROUPE DE PAROLE (14H-16H)

FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

LA SALLE LES ALPES

SOPHROLOGIE (10H-11H)

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MER
4

VISIO

• FORMATION 1/2 : COMPLÉMENTARITÉ ENTRE PROFESSIONNELS ET AIDANTS FAMILIAUX (9H-12H30)

• WEBINAIRE : L'ÉPUISEMENT DES AIDANTS : COMPRENDRE ET AGIR AVEC (14H-15H30)

• WEBINAIRE : SCOLARISATION & HANDICAP : COMPRENDRE, AGIR ET CHOISIR (17H30-19H)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)

INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

JEU
5

GAP

COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

BRIANÇON

PERMANENCE ECOUTE & INFOS AU CCAS (9H-12H)

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

VEYNES

CONFÉRENCE DÉBAT ALZHEIMER, 14H QUAI DES ARTS

VISIO

FORMATION 1/4 : PRENDRE SOIN DE SOI EN TANT QU'AIDANT (9H-12H30)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)

INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
6

VEYNES

ATELIER "AGIR POUR SOI" : RELAXATION (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

GAP

• SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

• SOPHROLOGIE (15H-16H30)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

LES GENTILLONS

BÉNÉVENT

JOURNÉE AIDANTS / AIDÉS

L'OUORT DE BÉNÉVENT (04 92 50 49 70)

LUN
9

VISIO

ATELIER D'ÉCRITURE "LA NUIT M'APPARTIENT" (14H-16H)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

MAR
10

GAP

MÉDITATION (9H-10H)

LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

BRIANÇON

ATELIER RELAXATION (14H-15H30)

FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

VISIO

- **WEBINAIRE : SCOLARISATION & HANDICAP : COMPRENDRE, AGIR ET CHOISIR (17H30-19H)**
- **FORMATION 2/2 : PREMIÈRE APPROCHE SUR LE RAPPORT À LA MORT ET AU DEUIL (13H30-17H)**

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

MER
11

GAP

ATELIER RELAXATION (14H-15H30)

FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

VEYNES

PERMANENCE D'ACCUEIL & INFOS (14H-16H) À FRANCE SERVICES

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

VISIO

FORMATION 2/2 : COMPLÉMENTARITÉ ENTRE PROFESSIONNELS ET AIDANTS FAMILIAUX (9H-12H30)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

GAP

- **GROUPE DE PAROLE**
UNAFAM (06 40 54 73 81)
- **GYM DOUCE (9H-10H30 OU 10H30-12H)**
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)
- **COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)**
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

BRIANÇON

CAFÉ DES AIDANTS® (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

JEU
12

VISIO

FORMATION 2/4 : PRENDRE SOIN DE SOI EN TANT QU'AIDANT (9H-12H30)

APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
13

GAP

- **SOPHROLOGIE (15H-16H30)**
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- **GROUPE DE PAROLE (14H-16H)**
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

LES GENTILLONS BÉNÉVENT

JOURNÉE CONVIVIALE AU JARDIN ! AVEC FRANCE ALZHEIMER ET L'UNAFAM
L'OUORT DE BÉNÉVENT (04 92 50 49 70)

SAM
14

LARAGNE

FORMATION DERNIERS SECOURS (10H-16H30)
SFAP (07 44 88 39 82)

L'ARGENTIÈRE LA BESSÉE

SORTIE MARCHÉ ET DÉTENTE (14H-17H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

**LE GUIDE DE L'AIDANT : + DE 70
ACTIONS DE SOUTIEN, 30
PARTENAIRES**



Toutes les infos en ligne ici :
www.hautes-alpes.fr, "et vous,
qui vous aide ?"

DU 16 AU 22 JUIN 2025



"Territoires Aidants" est le réseau de partenaires des Hautes-Alpes dédié à l'aide aux aidants

LUN
16

GAP

- PERMANENCE D'INFOS À LA CAISSE COMMUNE DE SÉCURITÉ SOCIALE (9H-12H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- ATELIER ÉCRITURE (14H-17H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

CROTS

COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

TALLARD

SYLVOTHÉRAPIE (14H30-16H30)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

L'ARGENTIÈRE LA BESSÉE

ATELIER "AGIR POUR SOI" :
RELAXATION SONORE (17H-19H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

MAR
17

GUILLESTRE

CAFÉ ENTR'AIDANTS (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

GAP

MÉDITATION (9H-10H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MER
18

GAP

- ATELIER GÉNÉALOGIE (9H-11H)
 - PAROLES EN MARCHÉ (14H-16H)
- LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

LARAGNE

ATELIER RELAXATION (14H-15H30)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

LA SALLE LES ALPES

SOPHROLOGIE (10H-11H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

JEU
19

GAP

- GYM DOUCE (9H-10H30 OU 10H30-12H)
 - HALTE RELAIS (14H-16H)
- FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

BRIANÇON

PERMANENCE ÉCOUTE & INFOS AU CCAS
(9H-12H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

JEU
19

VISIO

FORMATION 3/4 : PRENDRE SOIN DE SOI EN
TANT QU'AIDANT (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
20

GAP

- SOPHROLOGIE (15H-16H30)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

VEYNES

ATELIER "AGIR POUR SOI" : FABRICATION
BAUME SANTÉ (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

DIM
22

GAP - CHARANCE

MARCHE CONTRE L'OUBLI
AVEC FRANCE ALZHEIMER
PLUSIEURS PARCOURS,
AMBIANCE CONVIVIALE ET
FAMILIALE !

FRANCE ALZHEIMER 05
(04 92 51 02 74)

LUN
23

VEYNES

- ATELIER "AGIR POUR SOI" : REPAS PARTAGÉ
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- BULLES D'AIR (CONVIVIALITÉ, SORTIE, ÉCHANGES...)
PÔLE SERVICE HABITANTS CCBD ET DÉPARTEMENT
(07 61 25 11 16)

GAP

ATELIER ÉCRITURE (14H-17H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

CROTS

COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MAR
24

GAP

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

JEU
26

GAP

GYM DOUCE (9H-10H30 OU 10H30-12H)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

LARAGNE

HALTE RELAIS (14H-16H), MJC
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

VISIO

FORMATION 4/4 : PRENDRE SOIN DE SOI EN
TANT QU'AIDANT (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
27

GAP

SOPHROLOGIE (15H-16H30)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

LES GENTILLONS BÉNÉVENT

JOURNÉE AIDANTS / AIDÉS : ATELIERS,
ÉCHANGES, CONVIVIALITÉ
L'OUORT DE BÉNÉVENT (04 92 50 49 70)

LARAGNE

PERMANENCE D'INFOS (14H-17H) À LA MAISON
FRANCE SERVICES
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

Tous les mois, de nombreux partenaires proposent des actions pour soutenir et accompagner les proches aidants. Cet agenda (non exhaustif) centralise les offres existantes sur tout le département.

Contactez directement les structures pour + d'infos !

MAR
24

LARAGNE

JOURNÉE ENTR'AIDANTS !
ATELIERS BIEN-ÊTRE, CRÉATIFS, JEUX, GYM DOUCE... RENCONTRES ET CONVIVIALITÉ AVEC LES PARTENAIRES

TERRITOIRES AIDANTS
(07 85 85 01 28)

LUN
30

GAP

ATELIER ÉCRITURE (14H-17H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

CROTS

COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

L'ARGENTIÈRE LA BESSÉE

ATELIER "AGIR POUR SOI" :
NATUROPATHIE (17H-19H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

TALLARD

SYLVOTHÉRAPIE (14H30-16H30)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)