

MAR
1

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)

GAP

- GROUPE DE PAROLE UNAFAM (06 40 54 73 81)
- MÉDITATION (9H-10H) LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

BRIANÇON

MARCHE TONIFIANTE (13H30-16H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

VISIO

ATELIER : "MIEUX DORMIR SANS
POTION MAGIQUE" (14H-16H)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

MER
2

GAP

- FORMATION DES AIDANTS :
COMPRENDRE POUR AGIR (13H30-16H30)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- RÉUNION DES FAMILLES UNAFAM (06 40 54 73 81)

LARAGNE

GROUPE DE PAROLE (14H-16H)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

JEU
3

GAP

- ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (9H OU 10H30)
- HALTE RELAIS (14H-17H) FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)
- COLORIAGES ARTISTIQUES (9H-11H30)
- SOIN DU VISAGE (14H) LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

EMBRUN

- GROUPE DE PAROLE UNAFAM (06 40 54 73 81)
- SOPHROLOGIE (10H-11H) PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

JEU
3

BRIANÇON

- PERMANENCE INFOS & ÉCOUTE AU CCAS (9H-12H) LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)
- GROUPE DE PAROLE UNAFAM (06 40 54 73 81)
- CAFÉ DES AIDANTS[®] À LA MÉDIATHÈQUE (14H-16H) PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

VISIO

FORMATION 1/2 : J'ACCOMPAGNE UN
PROCHE EN SITUATION DE HANDICAP
JUSQU'AU BOUT DE SA VIE (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
4

GAP

- GROUPE DE PAROLE (14H-16H) FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)
- SUIVI PSYCHOLOGIQUE LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

LARAGNE

ATELIER CRÉATIF CYANOTYPE (14H-16H30)
FRANCE ALZHEIMER 05 (04 92 51 02 74)

VEYNES

BULLES D'AIR (CONVIVIALITÉ, SORTIE,
ÉCHANGES...)
PÔLE SERVICE HABITANTS CCBD ET DÉPARTEMENT
(07 61 25 11 16)

VISIO

- WEBINAIRE : TUTELLE, CURATELLE :
QUELS RÉGIMES DE PROTECTION
POUR NOS ENFANTS DEVENUS
ADULTES ? (17H30-19H)
- FORMATION 2/2 : J'ACCOMPAGNE UN
PROCHE EN SITUATION DE HANDICAP
JUSQU'AU BOUT DE SA VIE (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

LUN
7

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)

GUILLESTRE

THÉÂTRE D'IMPRO (14H-16H)

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
CRT GUILLESTROIS ET BRIANÇONNAIS (06 79 65 00 85)

CROTS

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

VISIO

WEBINAIRE : LE MANDAT DE PROTECTION FUTURE (14H30-16H)

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

MAR
8

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

- ATELIER "DÉMASQUER LES FAUSSES INFOS SUR LE SOMMEIL" (14H-16H)
- FORMATION 1/2 "ÊTRE AIDANT FAMILIAL" (13H30-17H)

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

MER
9

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)

LES GENTILLONS BÉNÉVENT

RÉ OUVERTURE DU JARDIN !
L'OUORT DE BÉNÉVENT (04 92 50 49 70)

LA SALLE LES ALPES

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

VISIO

FORMATION 2/2 "ÊTRE AIDANT FAMILIAL" (13H30-17H)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

JEU
10

GAP

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

VISIO

FORMATION 1/2 "LES AIDES ET LES DROITS DES AIDANTS FAMILIAUX DE PERSONNES MOINS DE 60 ANS" (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

VEN
11

VISIO

FORMATION 2/2 "LES AIDES ET LES DROITS DES AIDANTS FAMILIAUX DE PERSONNES MOINS DE 60 ANS" (9H-12H30)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM



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

DU 14 AU 19 AVRIL 2025



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

LUN
14

GAP

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

CROTS

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

GUILLESTRE

THÉÂTRE D'IMPRO (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
CRT GUILLESTROIS ET BRIANÇONNAIS (06 79 65 00 85)

MAR
15

GAP

- CAFÉ DES AIDANTS[®] (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- MÉDITATION (9H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MER
16

GAP

ATELIER GÉNÉALOGIE (9H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

VISIO

FORMATION 1/2 : “LES AIDES ET LES DROITS DES AIDANTS FAMILIAUX DE JEUNES DE MOINS DE 20 ANS” (13H30-17H)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

JEU
17

BRIANÇON

- CAFÉ DES AIDANTS[®] (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- GROUPE DE PAROLE
UNAFAM (06 40 54 73 81)

EMBRUN

SOPHROLOGIE (14H-15H30)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

GAP

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

CHANTELOUBE

JOURNÉE CONVIVIALE
UNAFAM (06 40 54 73 81)

SAM
19

BRIANÇON

FORMATION DERNIER SECOURS (DOMITYS) :
“LA FIN DE VIE, LA MORT...PARLONS EN !”
10H-16H (GRATUIT)
SFAP (07 44 88 39 82)

SAM
19

EMBRUN

CINÉ DÉBAT AUTOUR DE LA NEURODIVERGENCE :
RENCONTRES, ÉCHANGES,
DIFFUSION DE COURTS MÉTRAGES AUTOUR DES DYS,
TDAH, AUTISME...
(CENTRE CHADENAS)

DIFFÉRENTS COMME LES AUTRES ET
INSTANT PARENT'AISE (06 41 52 80 84)

LUN
21

GUILLESTRE

THÉÂTRE D'IMPRO (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
CRT GUILLESTROIS ET BRIANÇONNAIS (06 79 65 00 85)

EMBRUN

SOPHROLOGIE (14H-15H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

CROTS

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

MAR
22

GAP

- PERMANENCE D'ACCUEIL & D'INFO À LA CAISSE COMMUNE DE SÉCURITÉ SOCIALE (9H-12H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
- MÉDITATION (9H-10H)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

GUILLESTRE

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

BRIANÇON

MARCHE TONIFIANTE (13H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

VISIO

ATELIER "PRENDRE SOIN DE SON SOMMEIL TOUTE LA JOURNÉE" (14H-16H)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

MER
23

GAP

PAROLES EN MARCHÉ (14H PARC GALLERON)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

LA SALLE LES ALPES

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

EMBRUN

VISITE EXPO MUSÉE CAPUCINS
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

VISIO

FORMATION 2/2 : "LES AIDES ET LES DROITS DES AIDANTS FAMILIAUX DE JEUNES DE MOINS DE 20 ANS" (13H30-17H)
APF FRANCE HANDICAP (04 92 51 68 71)
INSCRIPTIONS : WWW.REPAIRSAIDANTS.COM

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 !

JEU
24

EMBRUN

SOPHROLOGIE (14H-15H30)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)

GAP

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

VEN
25

GAP

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

LES GENTILLONS BÉNÉVENT

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



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

LUN
28

GUILLESTRE

THÉÂTRE D'IMPRO (14H-16H)
PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS (06 75 75 76 68)
CRT GUILLESTROIS ET BRIANÇONNAIS (06 79 65 00 85)

EMBRUN

SOPHROLOGIE (14H-15H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

CROTS

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

GAP

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

MAR
29

GAP

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

BRIANÇON

MARCHE TONIFIANTE (13H30)
LIGUE CONTRE LE CANCER (04 92 53 71 44)

MER
30

LARAGNE

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

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 ?”