

NOTRE ÉQUIPE

est constituée de personnels en charge de l'accueil et de la coordination.

Nos bureaux

- > **À Briançon** 118 route de Grenoble
- > **À Embrun** La Mazelière - Place Barthelon
- > **À Gap** 6 rue Capitaine de Bresson



UN NUMÉRO UNIQUE

Pour les aidants et les professionnels du lundi au vendredi de 9h à 12h30

06 75 75 76 68

plateforme-aidants@fondationseltzer.fr



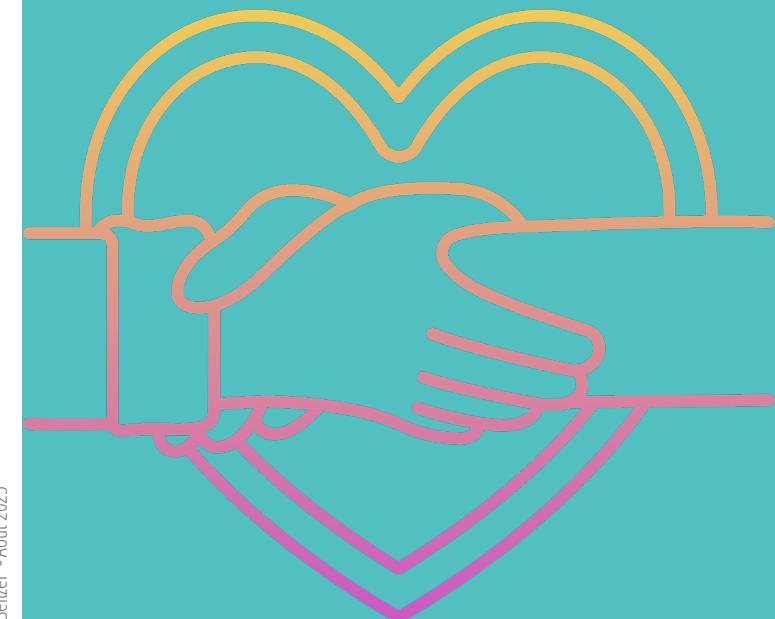
Prendre soin de soi pour prendre soin de ses proches

www.fondationseltzer.fr

Fondation Edith Seltzer

PLATEFORME SELTZER DES AIDANTS*

Hautes-Alpes



Service Communication - Fondation Edith Seltzer - Août 2025

* Un aidant est une personne qui vient en aide à un proche dépendant et/ou en situation de handicap de manière régulière.

POUR QUI ?

POUR VOUS QUI AIDEZ, AU QUOTIDIEN, UN PROCHE (parent, enfant, ami...) quels que soient :

- > Votre âge (à partir de 7 ans)
- > Votre situation
- > Les difficultés de la personne aidée (handicap, maladie, perte d'autonomie...)

POUR VOUS, QUI AVEZ AIDÉ UN PROCHE AU QUOTIDIEN et qui souhaitez transmettre et donner de votre temps.

Professionnels

- Pour les professionnels qui aspirent à se former sur l'accompagnement des aidants ou bénéficier de notre expertise.



VOS ATTENTES

en tant qu'aidant

- > Être informé
- > Être accompagné
- > Marquer une pause
- > Vous détendre
- > Échanger, faire des rencontres
- > Resserrer les liens avec votre proche

Les jeunes aidants

- Nous accompagnons aussi les enfants à partir de 7 ans en leur proposant :
- > Une écoute
 - > Des ateliers artistiques
 - > Des sorties détentes
 - > Des séjours

Combien ça coûte ?

- > La Plateforme Seltzer des Aidants est subventionnée par nos partenaires.
- > Nos actions collectives sont entièrement gratuites.
- > Lors de la mise en place de répit à domicile, une partie peut être à votre charge.

NOS MISSIONS

La Plateforme Seltzer des Aidants s'adapte à vos besoins.

→ VOUS INFORMER

Des solutions existent. La Plateforme travaille étroitement avec les partenaires du médico-social, social et sanitaire. Les Formations et les Cafés des Aidants® sont aussi des lieux d'information et d'échanges pour mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien.

→ ÊTRE À VOTRE ÉCOUTE

Notre équipe est disponible par téléphone et sur rendez-vous dans nos locaux ou à votre domicile. Vous pouvez également bénéficier d'un soutien psychologique.

→ VOUS ACCORDER DES TEMPS DE RÉPIT

Vous avez besoin de marquer une pause quelques heures, plusieurs jours ? Des professionnels se relaient à votre domicile auprès de votre proche pendant votre absence.

→ PRENDRE SOIN DE VOUS

Des activités rien que pour vous : Ateliers santé, de bien-être, sorties culturelles, rencontres.