# Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ?

# *Café des aidants®*

## DE SAINT-DIZIER

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

---

Animé par des professionnels, le *Café des aidants* est un temps convivial d'échange et d'information en libre accès.

CPTS Saint-Dizier Der & Blaise
Communauté Professionnelle Territoriale de Santé

Association Française des aidants

Café des aidants®
de Saint-Dizier

Nous vous donnons rendez-vous, un jeudi par mois, de 13h30 à 15h, autour d'un thème.
**Accès libre, sans inscription.**

Accordez-vous un moment de répit autour d'un café pour échanger avec d'autres aidants **à 13h30 au Petit Paris**

# PROGRAMME 2024

**Jeudi 11 janvier 2024**
Aider un proche au quotidien

**Jeudi 8 février 2024**
Solliciter l'aide des autres membres de la famille

**Jeudi 7 mars 2024**
Il paraît que j'en fais trop

**Jeudi 4 avril 2024**
Emotions et réactions... Comment les gérer ?

**Jeudi 2 mai 2024**
Où trouver des solutions de répit ?

**Jeudi 6 juin 2024**
Petits remèdes entre Aidants

**Jeudi 5 septembre 2024**
Comment faire face à la maladie de mon proche ?

**Jeudi 3 octobre 2024**
Être aidant et continuer sa vie

**Jeudi 7 novembre 2024**
Amour/Devoir. Aider sans limites ?

**Jeudi 5 décembre 2024**
Mon proche et moi, et moi, et moi !!!

CPTS Saint-Dizier Der & Blaise
Communauté Professionnelle Territoriale de Santé

À cette adresse : **Au Petit Paris**
**478, rue de la République**
**52100 SAINT-DIZIER**

Contact :
**cptssddb@gmail.com**
**06.71.76.21.90**

*Accueil et animation par Line et Blandine*

Pages Facebook : Café des Aidants de Saint-Dizier / CPTS de Saint Dizier Der & Blaise