

**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.



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 2026/2027



Jeudi 3 septembre 2026

Ai-je envie que l'on m'appelle « Aidant » ?

Jeudi 1^{er} octobre 2026

Une histoire d'aide, une histoire de famille

Jeudi 5 novembre 2026

Alzheimer on en parle ?

(Participation de Me Labye-Libion neuropsychologue)

Jeudi 3 décembre 2026

Les richesses de la relation d'aide

Jeudi 7 janvier 2027

Aider seul ou à plusieurs

Jeudi 4 février 2027

Il dit non à tout, je ne sais plus quoi faire !

Jeudi 4 mars 2027

Les limites du rôle de proche aidant

Jeudi 1^{er} avril 2027

Peut-on vraiment s'accorder du temps

Jeudi 13 mai 2027

Aider au quotidien : anticiper et gérer les imprévus

Jeudi 3 juin 2027

La vie émotionnelle du proche aidant

Jeudi 1^{er} juillet 2027

Et si je pensais à moi !



À cette adresse : **Au petit Paris**
478, rue de la République
52100 Saint-Dizier



Contact :
cptssddb@gmail.com
07.81.36.24.96