

# Café des aidants

## Dordogne - Périgueux




## Un moment convivial d'information et d'échanges entre aidants

Quels que soient l'âge, le handicap ou la maladie de son proche

 **Mardi 10 septembre 2024**  
*Trouver sa place avec les professionnels*

 **Mardi 8 octobre 2024**  
*Relais et répit pour les aidants :  
entre méconnaissance des dispositifs et freins*

 **Mardi 12 novembre 2024**  
*Ma santé : on en parle ?  
Comment la protéger ?*

 **Mardi 10 décembre 2024**  
*Découverte du do-in :  
automassage et bien-être*

Au salon de thé « Le local 90 »  
90, rue Gambetta à Périgueux  
**Les 2<sup>èmes</sup> mardis du mois**  
**de 14h30 à 16h30**



Accès gratuit  
Ouvert à tout proche aidant



**cassiopea**   
PRÉVENTION SENIORS

 Association Française des  
**aidants**

05 53 53 20 40 – [prevention@cassiopea.fr](mailto:prevention@cassiopea.fr)  
Pôle Aliénor – 255 rue M. Desrumaux – CS 6003 – 24000 Périgueux  
[www.cassiopea.fr](http://www.cassiopea.fr)



# Café des aidants

## Dordogne - Périgueux




## Un moment convivial d'information et d'échanges entre aidants

Quels que soient l'âge, le handicap ou la maladie de son proche

 **Mardi 10 septembre 2024**  
*Trouver sa place avec les professionnels*

 **Mardi 8 octobre 2024**  
*Relais et répit pour les aidants :  
entre méconnaissance des  
dispositifs et freins*

 **Mardi 12 novembre 2024**  
*Ma santé : on en parle ?  
Comment la protéger ?*

 **Mardi 10 décembre 2024**  
*Découverte du do-in :  
automassage et bien-être*

Au salon de thé « Le local 90 »  
90, rue Gambetta à Périgueux  
**Les 2<sup>èmes</sup> mardis du mois**  
**de 14h30 à 16h30**



Accès gratuit  
Ouvert à tout proche aidant



**cassiopea**   
PRÉVENTION SENIORS

 Association Française des  
**aidants**

05 53 53 20 40 – [prevention@cassiopea.fr](mailto:prevention@cassiopea.fr)  
Pôle Aliénor – 255 rue M. Desrumaux – CS 6003 – 24000 Périgueux  
[www.cassiopea.fr](http://www.cassiopea.fr)

