

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



## *Café des aidants*<sup>®</sup>

**Fréjus**

**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.

Organisé par :

**CCAS de Fréjus**



Avec le soutien de :





Café des  
aidants®

Fréjus

Rendez-vous le 1<sup>er</sup> vendredi  
du mois, de 10h30 à 12h,  
autour d'un thème  
*Pass Sanitaire obligatoire*

## PROGRAMME 2022

**Vendredi 7 Janvier**

Être aidant et avoir une vie active : loisirs, vie sociale, vie professionnelle...

**Vendredi 4 février**

Prendre des décisions : mesure de protection, entrée en institution...

**Vendredi 4 mars**

Impatience, culpabilité, limite... quand tout se mélange

**Vendredi 1<sup>er</sup> avril**

Aider un proche par amour et/ou par devoir

**Vendredi 6 mai**

L'entrée en institution, choix éclairé ou imposé ?

**Vendredi 3 juin**

Repérer les signes d'épuisement

**Vendredi 2 septembre**

Qu'est ce que j'attends des intervenants professionnels ?

**Vendredi 7 octobre**

Rompre la solitude de l'aidant

**Vendredi 4 novembre**

Mes besoins et mes droits en tant qu'aidant

**Vendredi 2 décembre**

Ce qui a changé positivement depuis que je suis aidant



À cette adresse :

VIKINGS CASINO

40 rue Jean Aicard - FREJUS



Contact :

04.94.17.66.17

c.kohser@ville-frejus.fr