

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



Café des aidants®

TOULON

**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.



E.T.S.P

Equipe Territoriale de Soins Personnalisés



**Café des
aidants®**

TOULON

Nous vous donnons rendez-vous, un mercredi par mois, de 10h à 11h30, autour d'un thème.

Année 2025

Mercredi 22 janvier : Qu'est-ce qu'être « aidant » ?

Mercredi 19 février : Comment vivre la maladie au quotidien ?

Mercredi 19 mars : Emotions et réactions, comment les gérer ?

Mercredi 23 avril : L'aidant = super héros ?

Mercredi 21 mai : Les limites du maintien à domicile.

Mercredi 18 juin : Je suis aidant et je me soigne.

Mercredi 16 juillet : Les richesses de la relation d'aide.



Mercredi 17 septembre : Culpabilité quand tu nous tiens.

Mercredi 15 octobre : Devenir « parent » de son parent.

Mercredi 19 novembre : Je suis en colère, c'est grave Docteur ?

Mercredi 17 décembre : Devenir le soignant de son/sa conjointe.



À cette adresse :

Café Le Petit Prince de Toulon
Place Puget, Toulon



Contact :

Caroline WILD
06 81 46 48 21
04 22 590 400

FACEBOOK : Café des Aidants de Toulon
MAIL : cwild@fondationcos.org