

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



Café des aidants[®]

**Val de Seine et
Plateaux de l'Eure**

**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 :
**Plateforme de
répit des aidants
Oxy'Aide**

Avec le soutien de :





**Café des
aidants®**

**Val de Seine et
Plateaux de l'Eure**

Nous vous donnons rendez-vous, un lundi par mois, de 14h à 15h30, autour d'un thème.

PROGRAMME 2025

Lundi 12 Mai 2025

Que signifie « aider un proche, être aidant » ?

Lundi 2 Juin 2025

La communication avec mon proche : Quelles solutions ?

Lundi 7 Juillet 2025

Comment gérer mes émotions ?

Lundi 8 Septembre 2025

S'autoriser à prendre soin de soi

Lundi 13 Octobre 2025

Comment accueillir les émotions de mon proche ?

Lundi 17 Novembre 2025

Thème à définir avec les participants – Suggestion : Comment appréhender les fêtes de fin d'année ?

**Possibilité d'accueil du proche malade pour une activité encadrée
par une art thérapeutique : Nous contacter**



À cette adresse :

Résidence du Sud – 13-15 Rue du Sud
76500 ELBEUF



Contact : **Oxy'Aide**

06 72 80 35 37

02 32 96 19 68

plateformeoxyaide@gmail.com

Le *Café des aidants* est soutenu
par nos partenaires :

