

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



Café des aidants[®]

BASSIN CREILLOIS

**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
d'Accompagnement et de
Répit Oise Est.**

Avec le soutien de :



Association Française des
aidants



Café des
aidants®

Bassin Creillois

Nous vous donnons rendez-vous,
un Vendredi par mois,
De 14h à 15h30,
Autour d'un thème.

PROGRAMME 2025 / 2026

Vendredi 26 Septembre 2025

Aides, ressources, interlocuteurs...quelles démarches en tant qu'Aidant ?

Vendredi 17 Octobre 2025

Aider sans s'épuiser. Evaluer ses limites

Vendredi 21 Novembre 2025

De ma vie d'avant à ma vie d'aujourd'hui (*Notion de Deuil blanc*)

Vendredi 12 Décembre 2025

Prendre soin de soi quand on est Aidant...oui, mais comment ?

Vendredi 30 Janvier 2026

Professionnels à mes côtés : quelles perspectives ?

Vendredi 13 Février 2026

Exprimer mes besoins, comprendre mes attentes

Vendredi 27 Mars 2026

Comment m'adapter à l'évolution de la maladie ?

Vendredi 10 Avril 2026

Etre Aidant sans s'isoler : préserver les liens avec ses proches

Vendredi 22 Mai 2026

Les richesses de la relation d'aide

Vendredi 26 Juin 2026

A quoi ça sert de parler de mon expérience ?

Bilan et suggestions pour l'année suivante.



À cette adresse :

Cafétéria, Centre Commercial CARREFOUR
60740 SAINT MAXIMIN



Contact :

Plateforme d'Accompagnement
et de Répit Oise Est :
03.44.73.85.37