

Du nouveau cet hiver

PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS, ENCORE PLUS DE SOUTIEN POUR VOUS

GROUPE DE SOUTIEN DÉBUTANT EN JANVIER 2018



OBJECTIFS

- Favoriser le support et l'entraide avec d'autres aidants qui peuvent vivre des situations de vie similaires
- Identifier certaines difficultés auxquelles les aidants sont confrontés
- Avoir accès à différentes stratégies et habiletés pour vous soutenir dans votre rôle de proche aidant

6 THÈMES PROPOSÉS OFFERTS SUR UNE PÉRIODE DE 6 SEMAINES :

- Le rôle des aidants
- Les émotions et leur impact sur soi et les autres
- Les conflits relationnels
- La communication authentique
- Le processus d'adaptation vers l'acceptation
- L'importance de maintenir son équilibre

LIEU DES RENCONTRES : Campus 3, au 196, rue Notre-Dame, à Gatineau

DATE : Début mardi 16 janvier jusqu'au mardi 20 février 2018

HEURE : De 19 h 00 à 21 h 00

INSCRIPTION : Le plus tôt possible, car les places sont limitées

POUR VOUS INSCRIRE :

Contactez Nadine Gagnon au 819-771-6609 poste 25

Courriel : nadinegagnoncea@videotron.ca

COÛT : Carte d'adhésion annuelle de 20 \$



campus 3

De l'aide pour la PRÉSENCE-SURVEILLANCE (répit) de l'aîné et pour le TRANSPORT est disponible pour le proche aidant qui en aurait besoin pour participer.

L'APPUÏ POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS