

Centre d'aide aux proches aidants des Basques

---Programmation 2015---

(Activités gratuites)

Pour inscription : 418-851-4040

Janvier

Réseau d'entraide «Trucs et astuces pour l'année 2015»

⇒ mardi 13 janvier, 13:30, à **Trois-Pistoles**

⇒ mardi 27 janvier, 13:30, à **Saint-Jean-de-Dieu**

Séance d'exercice «Viactive»

⇒ mardi 6 janvier et mardi 20 janvier, 10:00, à **Trois-Pistoles**

Février

Réseau d'entraide «Exercices concrets pour gérer le stress»

⇒ mardi 10 février, 13:30, à **Trois-Pistoles**

⇒ mardi 24 février, 13:30, à **Saint-Jean-de-Dieu**

Séance d'exercice «Viactive»

⇒ mardi 3 février et mardi 17 février, 10:00, à **Trois-Pistoles**

Mars

Réseau d'entraide «Les médicaments et le sommeil»

⇒ mardi 10 mars, 13:30, à **Trois-Pistoles**

⇒ mardi 24 mars, 13:30, à **Saint-Jean-de-Dieu**

Séance d'exercice «Viactive»

⇒ mardi 3 mars et mardi 17 mars, 10:00, à **Trois-Pistoles**

Avril

Réseau d'entraide «Nutrition chez les personnes malades»

⇒ mardi 14 avril, 13:30, à **Trois-Pistoles**

⇒ mardi 28 avril, 13:30, à **Saint-Jean-de-Dieu**

Séance d'exercice «Viactive»

⇒ mardi 7 avril et mardi 21 avril, 10:00, à **Trois-Pistoles**