

Centre d'aide aux proches aidants des Basques

Programmation automne 2017

Pour inscription : 418-851-4040

Septembre

Groupe d'entraide : «Hébergement et rôle de proche aidant»

- Mercredi 13 septembre, 13:30, au Presbytère de Trois-Pistoles
- Animé par le CAPAB

Atelier de formation : «Le stress, comment en faire son allié»

- Mardi 26 septembre, 19:00, au Presbytère de Trois-Pistoles
- Animé par Lise-Marie Duguay, Psychologue

Octobre

Groupe d'entraide : «Hébergement et rôle de proche aidant»

- Mercredi 11 octobre, 13:30, au Presbytère de Trois-Pistoles
- Animé par le CAPAB et la Société Alzheimer BSL

Atelier de formation «Expérimenter la méditation pleine conscience, pour maintenir son équilibre»

- Mardi 24 octobre, 19:00, au Presbytère de Trois-Pistoles
- Animé par Lise-Marie Duguay, Psychologue

Novembre

Conférence de Blandine Soulmana :

«Respecter ses limites sans culpabiliser»

- Mardi 7 novembre, 18:30, à Rivière-du-Loup

Groupe d'entraide : «Hébergement et rôle de proche aidant»

- Mercredi 22 novembre, 13:30, au Presbytère de Trois-Pistoles
- Animé par le CAPAB et la Société Alzheimer BSL

Exposition des livres du CAPAB

- Pendant tout le mois de novembre, à la Bibliothèque Anne-Marie-D'Amours de Trois-Pistoles

Activités gratuites dans le
cadre d'un projet financé par :

L'APPU
BAS-SAINT-LAURENT

POUR LES
PROCHES AIDANTS
D'AÎNÉS