

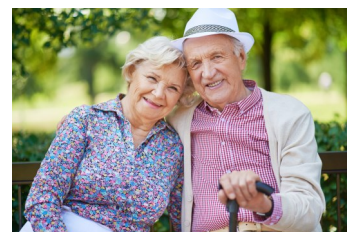


Activités Hiver 2019

Préparez-vous pour votre rôle d'aidant **Date à venir**

Une série de 8 rencontres qui vise à outiller le proche aidant, à mieux identifier ses besoins et à fournir des stratégies utiles au quotidien pour mieux accompagner et soutenir son proche tout en protégeant son énergie et sa santé.

Informez-vous à Esther Parenteau, intervenante auprès des proches aidants.



Cafés causeries entr'aidants Lundi • 9h30 à 11h30

Rencontres chaleureuses pour les proches aidants désirant se rencontrer, partager et échanger sur leur situation tout en favorisant le plein d'énergie.



Saint-Chrysostome

21 jan -18 fév -18 mars

Godmanchester

28 jan -25 fév -25 mars

Dîner entr'Hommes aidants Lundi • 11h30 à 13h00

Nous invitons les hommes aidants à venir partager un repas.

Choix du restaurant sera confirmer à tous les mois / **14 jan - 4 fév - 4 mars**

Groupe de soutien en SOIRÉE Jeudi • 18h30 à 20h30

Animée par une intervenante, ces rencontres mensuelles, s'adressant aux proches aidants, ont pour but de permettre le partage et l'entraide tout en favorisant le plein d'énergie.

Saint-Chrysostome

24 jan - 21 fév - 21 mars

Relais-répît Tous les lundis • 9h30 à 16h00

Les relais répits sont destinés à la clientèle en perte d'autonomie de stade léger à moyen. Deux animatrices formées accueillent les participants et leurs proposent des activités artistiques, créatives, cognitives, sensorielles et physiques.

Un moyen de transport adapté est disponible . *(Le relais-répît permet au proche aidant de participer au café-causerie, s'il y a lieu)

Saint-Chrysostome Godmanchester

(Exception les journées fériées)

Coût : 7,50 \$ pour le repas.



23A, Ste-Anne, Saint-Chrysostome

1493, route 138, suite 4, Godmanchester

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINES
MONTÉRÉGIE

Téléphone : 450.826.1243

Sans frais : 1.855.826.1243

www.aidantsnaturelshsl.com

Activités Hiver 2019



Séance d'information

Venez à une séance d'information pour en savoir plus sur les versements de prestations et de crédit d'impôt pour les proches aidants lorsque vous faites vos impôts chaque année.

Saint-Chrysostome

Mardi le 5 février 2019 à 13h30

Souper dansant ∞ 8 février 2019



Venez à notre Souper dansant qui aura lieu:

Vendredi le 8 février 2019 - 6h

Municipalité Très-Saint-Sacrement

1180, route 203

Coût: 25.00 \$ par personne

Café-rencontres • 13h30 à 16h30

Bingos, jeux de cartes, exercices et des belles rencontres amicales.

Saint-Chrysostome

Tous les mercredis du 9 janvier au 22 mai

Bingo monétaire St-Valentin: 13 février

Yoga sur chaise Vendredis • 13h30

À Saint-Chrysostome 11 janvier au 22 mars 2019 (exception 8 février)

Coût : 60.00 \$ Inscription obligatoire



23A, Ste-Anne, Saint-Chrysostome

1493, route 138, suite 4, Godmanchester

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS D'ÂGÉS
MONTÉRÉGIE

Téléphone : 450.826.1243

Sans frais : 1.855.826.1243

www.aidantsnaturelshsl.com