



Comité Régional Troisième Âge Papineau

134, rue Principale Saint-André-Avellin Québec J0V 1W0

Téléphone : (819) 983-1565 Télécopieur : (819) 983-4455

Courriel : cr3a1978@gmail.com Site web : www.cr3a.ca

SÉRIE DE 6 ATELIERS VIRTUELS POUR PROCHES AIDANTS

Formatrice : Elaine Poulin, Centre de soutien et de formation pour proches aidants

Durant ces ateliers, les participants auront la possibilité de faire l'acquisition de connaissances, d'être guidé dans un processus de réflexion et de discuter de sujets pertinents à leur réalité.

Voici les sujets des ateliers :

Atelier 1 : Le rôle, les besoins et les droits des aidants

Atelier 2 : Le processus d'adaptation, d'acceptation et les deuils vécu par les aidants

Atelier 3: Les émotions et leur impact sur soi et les autres

Atelier 4: La gestion de conflits et la communication

Atelier 5 : La prévention de l'épuisement et de l'usure par compassion

Atelier 6 : L'organisation, les ressources et le répit

Dates : 8, 15, 22 février 2021 et 1, 8 et 22 mars 2021 de 13h30 à 15h00 (par zoom)

LE PROCESSUS D'HÉBERGEMENT ET LES RESSOURCES À DOMICILE DU CISSSO

Rencontre virtuelle avec Chloé Jodoin, intervenante sociale du Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais

Date : 15 mars de 13h30 à 14h30 (par zoom)

Nous offrons le prêt d'une tablette gratuitement et une formation au sujet de l'utilisation de cette technologie. Nous vous invitons à consulter notre site web pour la liste complète des formations et conférences au www.cr3a.ca.

Pour plus d'information, veuillez appeler le 819-983-1565. [cette](mailto:info@cr3a.ca)

invitons à communiquer