

Semaine nationale des proches aidants

Parce que nous serons tous proches aidants

Activités sur le territoire du Bas-Saint-Laurent
du 4 au 10 novembre 2018



6 novembre 2018

Kamourasta/La Pocatière - Conférence "Quand la mort s'invite dans nos vies"

Par la Fondation André Côté en collaboration avec les Services Kam-Aide (Comité proches aidants Kamouraska)

Par Réjean Carrier, T.S. Maison Michel Sarazin de Québec
Dès 19 h 00 au 600, 9^e rue, La Pocatière (Centre Bombardier, 2^e étage)

Inscription non obligatoire, pour information
418 856-4066



6 novembre 2018 Les Basques/Trois-Pistoles - Arrosez les fleurs et non les mauvaises herbes

Centre d'aide aux proches aidants des Basques

Atelier de sensibilisation
Par Pamela Bérubé Jean, Santé Mentale Québec
Dès 13 h 30 au 400 rue Jean-Rioux, Trois-Pistoles

Inscription obligatoire, pour information
Guillaume Côté-Philibert 418 851-4040

8 novembre 2018 Rivière-du-Loup - Conférence "Lumière sur un engagement trop souvent dans l'ombre"

Par le Centre d'action bénévole des Seigneuries en collaboration avec le Centre d'aide aux proches aidants des Basques pour le transport pour les gens de la MRC des Basques.

Témoignage de [Chloé Sainte-Marie](#) sur son expérience de proche aidante auprès de son défunt mari Gilles Carle. Besoins et défis auxquels font face les proches aidants. Changements souhaités dans notre société pour reconnaître et mieux soutenir les proches aidants. Fondation Gilles Carle et services offerts.

L'exposition *Les proches aidants, parlons-en!* sera sur place
De 18 h 15 à 20 h 00 au 67, rue du Rocher, Rivière-du-Loup (Maison de la culture, 3^e étage)

Inscription obligatoire, pour information
Virginie Pelletier 418 867-3130 poste 217

8 novembre 2018 Mitis/Price - Colloque pour les proches aidants de la Mitis

Par le Centre d'action bénévole de la Mitis

Activité de reliance et **2** conférences
sur « la maladie d'Alzheimer
et le deuil blanc : deuil invisible »

Par Mélanie Jean, Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent et Pierre-Paul Roy

De 10 h 30 à 15 h 30 au 9 rue St-Rémi, Price

Repas servi sur place

Inscription obligatoire, pour information
Kim Johnson 418 775-4144 poste 226

9 novembre 2018 Témiscouata - Respecter ses limites sans se culpabiliser

Par le Centre des femmes du Ô Pays

Nous le constatons dans la vie quotidienne notre sentiment de culpabilité nous fait rarement avancer sur ces voies raisonnables et empathiques. Bien au contraire, il est souvent source d'angoisses inutiles. Cette conférence vous donnera des pistes pour vous motiver à développer votre affirmation de soi et apprendre à mettre vos limites sans ressentir de la culpabilité.

Par Blandine Soulmana, conférencière et auteure.

* Dès 13 h 30 au 74 A rue Principale, Lac-des-Aigles

* Dès 19 h 00 au 150 rue St-Joseph. (Salle municipale) Squatec

Inscription obligatoire, pour information
Lyne Bourgoïn 418 779-2316

10 et 11 novembre 2018
Matapédia/Amqui
Salon des aînés et des aidants

Par La Maison de la Famille de la Matapédia

Le 10 novembre de 10 h 00 à 17 h 00
Le 11 novembre de 10 h 00 à 16 h 00
au 55, rue du Carrefour Sportif, Amqui
(Salle communautaire)

Pour information
418 629-4904



10 novembre 2018
Témiscouata - Mieux vivre les pertes et les deuils au quotidien

Par le Centre des femmes du Témiscouata

Chaque être humain a eu, ou aura des épreuves à surmonter, des deuils à faire, car vivre c'est improviser, au jour le jour, avec ce qui arrive. Bien sûr il y a des étapes inévitables face à un mauvais tour du destin : le choc, le déni, la douleur, la culpabilité, la colère, avant d'arriver à l'acceptation et à la reconstruction.

Ces étapes sont un temps d'arrêt avant de reprendre la route, une distance entre deux lieux et une évolution vers quelque chose de différent. Il y a certes des choses que je ne peux plus faire, mais il y en a des nouvelles que je peux découvrir! Il y a des projets que je devrai abandonner ou modifier, mais il y en a d'autres que je peux développer.

Par Blandine Soulmana, conférencière et auteure
Dès 13 h 30 au 1 Carré Fraser (Quartier Cabano) Maison des retraités Cascades (Légion)

Inscription non obligatoire, pour information
Cynthia Raymond Soucy 418 854-2399





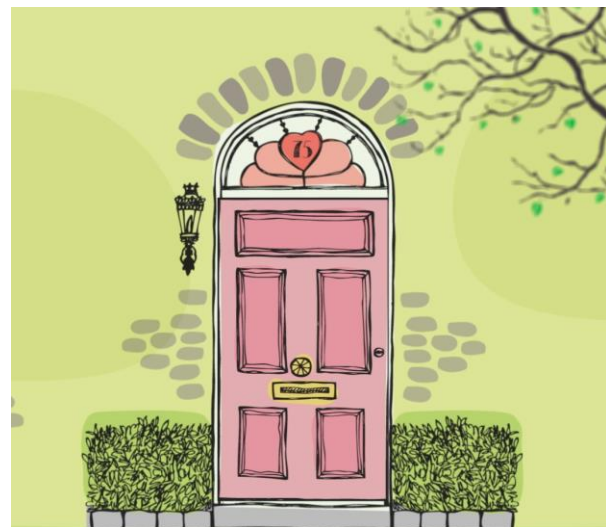
L'Appui BSL vous invite à naviguer sur le micro site réalisé dans le cadre de la campagne nationale de sensibilisation à la proche aidance. Vous pourrez y visionner des témoignages touchants.



Auto-reconnaissance des personnes proches aidantes

Des Appuis régionaux ont collaboré à la production d'une vidéo qui vise à favoriser l'auto-reconnaissance des personnes proches aidantes.

Cliquer sur le lien [ici](#) pour en faire le visionnement.



INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG