

# Groupe de soutien

## SECTEUR MRC DES PAYS-D'EN-HAUT

Les mercredis de 13h30 à 15h30



Printemps 2024

 **CHSLD des-Hauteurs  
Sainte-Adèle,  
707 Boulevard de Sainte-Adèle,  
J8B 2N1**



**Frédérique St-Hilaire**  
Intervenante psychosociale -  
Animatrice du groupe de  
soutien PDH

**10 AVRIL**

Vécu partagé: Prévention des incendies

**17 AVRIL**

Mon essence de proche aidant

**24 AVRIL**

La reconnaissance des habiletés de mon proche, un  
outil de bienveillance

**1ER MAI**

S'adapter aux comportements qui me déroutent

**8 MAI**

Vécu partagé

**15 MAI**

Mes souvenirs au service de la réminiscence

**22 MAI**

Les émotions et la communication; une danse étonnante

**29 MAI**

La place de mes rêves, d'hier à aujourd'hui

**5 JUIN**

Vécu partagé

**12 JUIN**

 **AGA de L'Antr'Aidant**

**19 JUIN**



Fête de l'été : célébrons nos 15 ans

SOUTENU FINANCIÈREMENT PAR :

**Inscrivez-vous dès maintenant!**

 **PAR TÉLÉPHONE : 579 888-0211 p.0**

 **PAR COURRIEL : LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM**