

**VOUS PRENEZ SOIN D'UN PROCHE?
VOUS VOUS SENTEZ PARFOIS SUBMERGÉ?
VOTRE DÉVOUEMENT AFFECTE VOTRE NIVEAU D'ÉNERGIE?**

Aider sans se brûler!

Ateliers de formation et de soutien en prévention de l'épuisement

**À partir du 4 février 2025, chaque mardi, de 18 h 30 à 21 h,
pendant 8 semaines, dans les locaux du CABB.**

70 \$ (documentation incluse)

*<<Les thèmes abordés rejoignent des difficultés bien réelles et rencontrées dans mes expériences de proche aidante.>>
Martine*

*<<Je recommande sans hésitation cette formation sans jugements ni préjugés à tous les proches aidant(e)s.>>
Georges P.*

*<<J'ai compris que prendre soin de moi me permet d'être une meilleure proche aidante.>>
E. B.*



Inscrivez-vous!

**Téléphonez au 450 655-9081, poste 226
ou balayez le code QR avec votre téléphone
ou remplissez le formulaire au**

www.cabboucherville.ca/nos-services/proches-aidants

