



Nos activités gratuites en mode virtuel!

Horaire février-avril 2021

Ateliers de formation en ligne de 13h30 à 14h30

**GRATUIT! L'inscription est obligatoire et se termine la veille de l'activité.*

TOUT SAVOIR SUR LA MALADIE

Signes précurseurs, diagnostic, stades.

Mercredi 10 février

Inscription : 819 212-1755

COMMUNIQUER AVEC LE COEUR

Pour mieux communiquer au quotidien.

Mercredi 17 février

Inscription : 819 821-5127 #103

TOUT SUR LE SOUTIEN À DOMICILE

Prévention de l'épuisement, ressources.

Mercredi 24 février

Inscription : 819 582-9866

LES COMPORTEMENTS DÉROUTANTS

Symptômes, trucs, conseils pour vous aider.

Mercredi 3 mars. Inscription : 819 212-1755

LE DEUIL BLANC

Faire face aux changements / émotions

Mercredi 10 mars

Inscription : 819 821-5127 #103

PROCESSUS DE RELOCALISATION

Étapes, préparation, ressources, milieux.

Mercredi 17 mars

Inscription : 819 821-5127 #107

LE LÂCHER-PRISE

Comment accepter pleinement, se libérer?

Mercredi 24 mars. Inscription : 819 582-9866

ET APRÈS LA RELOCALISATION

Réorganiser sa vie, son rôle, son temps.

Mercredi 7 avril

Inscription : 819 821-5127 #107

Groupes de soutien en ligne de 13h30 à 15h

Inscription obligatoire: **maximum de 8 participants par groupe*

GRATUIT pour les membres!

GROUPE DE SOUTIEN - FRANÇAIS

Les lundis du 15 mars au 3 mai

Inscription : 819 212-1755

GROUPE DE SOUTIEN - ANGLAIS

Les jeudis du 18 mars au 6 mai

Inscription : 819 821-5127 #103

*Société Alzheimer
de l'Estrie*

*Consultez notre site pour connaître
les descriptions de nos ateliers :
www.alzheimerestrie.com*