

Nous vous offrons : Soutien, accompagnement et répit à *domicile* pour les personnes atteintes de cancer, les proches aidants, les personnes en fin de vie et les personnes en deuil.

Pour personnes atteintes de cancer ou en rémission



Thé réconfortant

Venez partager et échanger avec d'autres personnes vivant une réalité semblable. Vous serez accueillis dans une ambiance calme, ouverte et chaleureuse.

- À Mont-Tremblant : le 2^e lundi du mois de 10 h30 à 12 h
- À Sainte-Agathe : le dernier vendredi du mois de 10 h 30 h à 12 h

Pour les personnes atteintes de cancer, les proches aidants et les personnes en deuil

Groupe de détente

Pour vous détendre et acquérir des outils pour vous faire du bien.

Des exercices de visualisation et de relaxation vous apporteront calme et bien-être.

- À Sainte-Agathe
Tous les vendredis du 15 mars au 17 mai 2019 de 10 h 30 à 12 h
- À Mont-Tremblant
Tous les jeudis à compter du 14 mars au 16 mai de 10 h 30 à 12 h

Yoga régénérateur



Venez retrouver ou conserver un sentiment d'équilibre, de vitalité, de flexibilité et votre énergie.

- À Mont-Tremblant
Les jeudis du 14 mars au 16 mai de 13h 30 à 14 h 45
- À Ste-Agathe
Les jeudis du 14 mars au 16 mai de 9 h 30 à 11 h

Massothérapie



Service **GRATUIT** à domicile (selon certains critères)

Soutien Individuel

- sur rendez-vous
Des rencontres individuelles selon vos besoins pour favoriser le mieux-être.
- À Mont-Tremblant
 - À Sainte-Agathe-des-Monts
 - À Saint-Sauveur

Pour les personnes en deuil



Café-rencontre

Une fois par mois, les personnes en deuil sont invitées à se réunir pour partager leur vécu en toute simplicité dans un lieu accueillant.

- À Mont-Tremblant
les 2^e mardis du mois de 19 h à 20 h 30
- À Sainte-Agathe
les 3^e jeudis du mois de 13 h 30 à 15 h 30



Groupe de deuil

Pour ceux et celles qui ont perdu un être cher, 10 rencontres sur les étapes du deuil et la possibilité de partager avec d'autres personnes en deuil.

- À Mont-Tremblant
les lundis du 15 avril au 17 juin de 19 h à 21 h
- À Sainte-Agathe (2 groupes)
les lundis du 4 février au 8 avril de 13 h 30 à 15 h 30
Les lundis du 13 mai au 15 juillet de 13 h 30 à 15 h 30
- À Saint-Sauveur
Les vendredis du 8 février au 12 avril De 10 h à 12 h

L'accompagnement vous intéresse?

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!

Pour devenir Bénévole

Formation en accompagnement en soins palliatifs et soutien aux proches aidants
Pour acquérir des compétences, des connaissances et du savoir-être pour accompagner en soins palliatifs.

Secteur Rivière-Rouge : 6-13-19 mars
Secteurs Ste-Agathe /Mont-Tremblant: 10-17-24 avril
Secteur Pays-d'en-Haut: 19, 26 mars et 2 avril

Proche aidant

Formation pour accompagner un proche en phase palliative et/ou en fin de vie

Pour vous soutenir, vous permettre de partager avec d'autres proches aidants et prévenir l'épuisement.

Secteurs : Rivière-Rouge / Ste-Agathe / Mont-Tremblant : le 7-14-21 et 28 mai 2019