

Améliorez leur qualité de vie
et préservez la vôtre!



Nouveaux ateliers pour proches aidants d'aînés

En collaboration avec une formatrice spécialisée en gérontologie, madame Julie Gravel, la Formation continue, Services aux entreprises et International du Cégep du Saint-Jérôme offre différentes formations afin d'outiller les personnes jouant le rôle de proche aidant d'aîné. Les objectifs de ces ateliers sont de leur proposer des moyens afin de les aider à concilier adéquatement et harmonieusement leur temps, leurs responsabilités de travail, leur vie personnelle... Ces ateliers permettent aux participants de se familiariser entre autres, avec les aspects légaux, fiscaux et relationnels liés à leur rôle de proche aidant et de connaître les ressources et services disponibles.

Ateliers proposés :

- Conciliation travail/vie personnelle pour proches aidants d'aînés
- La fatigue de compassion et le stress vicariant
- Outiller les proches aidants d'aînés et leurs familles
- Relation d'aide auprès d'aînés en perte d'autonomie

Pour toute information, n'hésitez pas à communiquer avec :

Monsieur Érik Laperle, conseiller aux entreprises

Téléphone : 450 436-1580 / 1 877 450-3273, poste 1625

Courriel : elaperle@cstj.qc.ca