

JOURNÉE ÉVASION POUR LES PROCHES AIDANTS

**Jeudi, 7 novembre
9h30 à 15h30**

Au Relais des Sables,
à Sainte-Agathe-des-Monts
255 Rue St Venant, QC J8C 2Z7

Un moment magique de célébration et de joie !
Inclusions : collation, dîner, activités et tirages

Deux choix de paiement :

Comptant, sur place ou en ligne au

<https://app.eventnroll.com/fr/billetterie/achat-de-billet/1580/10252/WEB/AOZ>



Coût
20\$

Activité du matin :

Vous êtes conviés à une initiation à l'art-thérapie, à travers la création d'une œuvre personnelle. Aucun besoin de talent artistique nécessaire, juste l'envie de créer et de partager notre expérience d'être une personne proche aidante.

Thème de la journée :
S'accueillir et se célébrer
dans son entièreté !

Activité de l'après-midi :

Nous vous invitons à une activité de *Célébration de Soi*.

Envie de vous connecter à votre corps, apaiser votre esprit et laisser aller les tensions ?

Venez bouger/danser sans chorégraphie, sans besoin de performance, ou jugement ; avec des mouvements simples, dans un espace bienveillant et sécuritaire.



POUR INFORMATIONS :

Mélissa Gemme

Chargée de projet proches aidants
et soutien aux clubs

Téléphone : (450) 848- 0503
melissa@fadoqlaurentides.org

Inscriptions : en ligne jusqu'au 3 novembre inclusivement
<https://forms.office.com/r/w4FbdPrSnP>

Appui
proches aidants

cÀsa
LAURENTIDES

fadoq
Région
des Laurentides