

13 OCTOBRE 2016

## CONFÉRENCE POUR LES PROCHES AIDANTS DU CABB



Le Centre d'action bénévole de Boucherville (CABB) invite les proches aidants à la conférence de Mme Denise Julien intitulée « J'ai oublié qui j'étais dans l'aide apportée... ». Cet événement aura lieu le vendredi 21 octobre 2016, de 13 h 30 à 15 h 30, au Centre multifonctionnel Francine Gadbois de Boucherville.

La vie nous amène à assumer différents rôles : celui de parent, de travailleur, de grand-parent et, pour plusieurs, celui de proche aidant. À travers ces différents rôles, il est possible de s'être perdu de vue et d'être épuisé. La conférencière aidera les proches aidants à renouer tout doucement avec eux-mêmes en réfléchissant aux questions suivantes : Quels sont mes besoins ? Quel pouvoir ai-je sur mon bien-être ? Comment me redonner une place dans ma propre vie ?

La conférence est présentée gratuitement grâce au soutien financier de l'organisme ROMAN/Appui Montérégie. Les participants doivent confirmer leur présence par téléphone au 450 655-9081 ou par courriel à [info@cabboucherville.ca](mailto:info@cabboucherville.ca).

Rappelons que le CABB offre aux proches aidants d'âinés de Boucherville des services de soutien psychologique, d'évaluation des besoins, du répit à domicile, etc. Des détails sur les services du CABB offerts aux proches aidants sont aussi disponibles sur le [cabboucherville.ca](http://cabboucherville.ca).

Grâce à son réseau de bénévoles, le CABB offre différents services aux Bouchervillois de tous âges vivant des difficultés temporaires ou permanentes. Par l'entremise du Carrefour du bénévolat, le CABB recrute des bénévoles et réalise des jumelages avec les organismes ayant besoin de bénévoles. Il répond également aux offres des entreprises désireuses de s'impliquer dans la communauté par le biais du bénévolat.

Source : Communiqué du CABB