

ATELIERS ET CONFÉRENCES

PROGRAMMATION HIVER 2023



Le Temps d'une Pause
ALZHEIMER ET MALADIES APPARENTÉES

3130 Jarry Est, Montréal, QC H1Z 4N8
514 373-9851
www.tempsdunepause.org

Ensemble
pour vous et
votre proche!

REMERCIEMENTS



INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

514 373-9851
admissions@tempsdunepause.org
facebook.com/ltdporg

NOS BUREAUX

CHSLD ST-MICHEL
3130 Jarry Est,
Montréal, QC H1Z 4N8



Le Temps d'une PAUSE

RÉPIT ET SOUTIEN AUX AINÉS

accompagne depuis 2003, le quotidien des personnes atteintes d'une maladie neurodégénérative et leur entourage dans l'Est de Montréal.

LE CENTRE D'ACTIVITÉS DE JOUR

Un répit essentiel, à l'extérieur du domicile; des activités de stimulation adaptées conçues autour du sentiment de plaisir!

SOUTIEN AUX COMPORTEMENTS

Une aide pour comprendre les symptômes de la personne atteinte; un soutien pratique et adapté dans la mise en place de stratégies judicieuses!

ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIAL

Notre équipe se rend disponible sans attente et gratuitement afin de vous recevoir et vous orienter vers les ressources appropriées selon votre histoire. Écoute et soutien inclus!

Restez au courant de notre actualité en vous abonnant à notre infolettre via notre site internet.
www.tempsdunepause.org

Les Formations

CONFÉRENCES

Ces présentations, animées par des conférencier.e.s chevronné.e.s sur une thématique particulière, sont gratuites et ouvertes à tous et toutes! Pour avoir des informations précises sur des questions en lien avec l'accompagnement de votre proche, dans l'objectif d'améliorer votre qualité de vie.

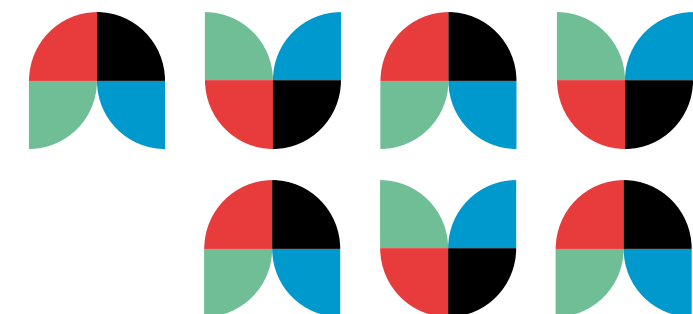
MESURES COVID ET INSCRIPTIONS

Veillez prendre note qu'en temps de pandémie nos activités de formation sont toutes données à distance sur Zoom et offertes gratuitement. Les liens de connexions seront envoyés par courriel après inscription au 514 373-9851 ou par courriel à admissions@tempsdunepause.org

Nos activités de formation sont PRINCIPALEMENT données à distance.

ATELIERS

Places limitées et réservées aux proches d'une personne atteinte. Les ateliers sont gratuits et accessibles seulement aux membres. Les ateliers allient théorie et pratique en privilégiant les interactions entre les participant.e.s. Les expériences de chacun.e viennent ici enrichir les astuces offertes par les intervenantes de l'organisme.



CALENDRIER

ACTIVITÉS HIVER 2023



Ensemble
pour vous et
vos proches,
même en
virtuel !



Le Temps d'une Pause

INFORMATIONS ET
INSCRIPTIONS

514 373-9851
admissions@tempdunepause.org

Janvier 2023

ATELIER QUESTIONS RÉPÉTITIVES

MAR **17** JAN
13 h 30 - 15 h 30

Virtuel zoom

La mémoire à court terme de votre proche est affectée par la maladie. Quel est le résultat ? Des questions à répétitions ! Voici le bon atelier pour vous ! Des explications concrètes pour comprendre le comportement, des pistes pour trouver les raisons des questions répétitives et des outils pour répondre aux besoins de votre proche !

CONFÉRENCE FISCALITÉ POUR LES PERSONNES AIDANTES

MER **25** JANV
18 h 30 - 20 h 30

Virtuel zoom

Les différentes aides fiscales offertes aux personnes aidantes et aux personnes souffrant d'une déficience ont évolué de façon importante au cours des dernières années. La présentation traitera des différentes aides fiscales en soulignant les modifications récentes.



Février 2023

ATELIER LES LIMITES DE L'ACCOMPAGNEMENT

JEU **09** FÉVR
13 h 30 - 15 h 30

Virtuel zoom

Il y a autant de personnes qui ont la maladie que de façon de vivre la maladie. Cet atelier vise à co-construire avec vous des outils dans le but de reconnaître et formuler vos limites face à l'accompagnement de votre proche.

CONFÉRENCE NAVIGUER LE SYSTÈME

JEU **16** FÉVR
18 h 00 - 20 h 00

Virtuel zoom

Offert par le YMCA des femmes.

ATELIER LA DÉSORIENTATION CHEZ LA PERSONNE PRÉSENTANT DES TROUBLES NEUROLOGIQUES

MAR **28** FÉVR
13 h 30 - 15 h 30

Virtuel zoom

Votre proche ne reconnaît plus sa maison ? Votre proche ne reconnaît plus le lien que vous avez ensemble ? Nous allons aborder dans cet atelier la désorientation dans le temps, dans l'environnement et la confusion à la personne. Des astuces concrètes vous seront proposées tout au long de l'atelier.

Mars 2023

JOURNÉE BIENVEILLANCE POUR NOS MEMBRES

MER **15** MARS

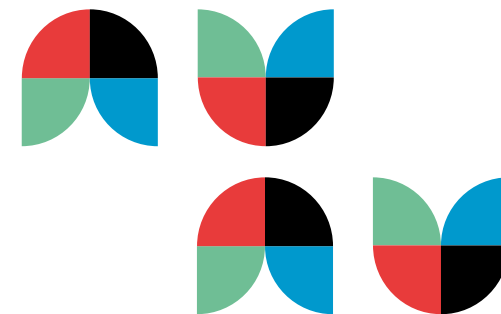
Journée de reconnaissance pour les personnes proches aidantes membres en vue de faire la promotion de la bienveillance par la bienveillance envers soi.

ATELIER MOBILISER SON RÉSEAU

JEU **30** MARS
13 h 30 - 15 h 30

Virtuel zoom

Un premier pas pour mobiliser l'aide autour de soi est d'abord de reconnaître les enjeux qui se présentent à nous et d'identifier ses besoins. Cet atelier vise à présenter les services existants et vous aider à identifier l'aide dont vous avez besoin afin de prendre soin de vous et de votre proche.



« Restez à l'affût de notre programmation spéciale à l'occasion de la semaine nationale des proches aidants la première semaine de novembre. »

