



La Maison soutien
aux **AIDANTS**

INFOLETTRE

Décembre 2021



Activités en décembre

Nos heures d'ouverture

Du lundi au vendredi
de 9h à 12h et de 13h à 16h

Nos coordonnées

197 rue Paré, Granby
450 375-9115
info@servicesauxaidants.ca
www.servicesauxaidants.ca

Suivez-nous sur 

Ligne d'information du
gouvernement du Québec
destinée à la population
sur la COVID-19

Lundi au vendredi 8h à 18h :
1 877 644-4545

**Informations et conseils
concernant le coronavirus :**
<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019>

Dose additionnelle du vaccin contre la COVID-19

Les personnes âgées de 70
ans et plus qui désirent
recevoir une troisième dose du
vaccin sont invitées à prendre
un rendez-vous en ligne :

<https://portal3.clicsante.ca/>

Pour obtenir de l'aide
concernant la vaccination :
1 877 644-4545



♥ **ATELIER : LE CONFLIT ET SA NATURE**
Animé par Stéphane Bernier, intervenant psychosocial

- Vendredi 3 décembre : 13h30 à 16h30

Pour vous inscrire : 450 375-9115 poste 227

♥ **RENCONTRE HOMME PROCHE AIDANT :
NOTRE CORPS PARLE**
Animée par Stéphane Bernier, intervenant psychosocial

- Vendredi 17 décembre : 13h30 à 16h30

Pour vous inscrire : 450 375-9115 poste 227

**Vous avez besoin de répit pour participer à une de nos rencontres?
Communiquez avec nous, il nous fera plaisir de vous aider!**



Relais-répit dans nos locaux

Le Relais-répit est un répit pour le proche aidant et un moment de plaisir pour la personne en perte d'autonomie. Nous offrons pour cette dernière des activités de groupe divertissantes, variées, adaptées au rythme de chacun et favorisant la sociabilité. Nous accueillons votre proche dans un espace chaleureux et lumineux pour qu'il se sente comme à la maison.

Pour plus d'informations : 450 375-9115 poste 0



Relais-répit virtuel

Le Relais-répit virtuel est offert par visioconférence via la plateforme Zoom. Ce moment de jeu et de discussion en groupe favorise le maintien de relations sociales et la stimulation cognitive pour la personne en perte d'autonomie.



Inscrivez votre proche :
450 375-9115 poste 0

Soutien psychosocial

Vous avez besoin de soutien dans votre rôle de proche aidant? Nous sommes là pour vous! Nos services d'intervention psychosociale sont disponibles par téléphone, par courriel et dans nos locaux.

Stéphane Bernier
sbernier@servicesauxaidants.ca
450 375-9115 poste 227

Nancy Rouillard
nrouillard@servicesauxaidants.ca
450 375-9115 poste 219





NOUS CONTACTER

Directrice générale

Marie-Pierre Hébert
450 375-9115 poste 210

Directrice adjointe

Danie Demers
450 375-9115 poste 211

Comptabilité

450 375-9115 poste 220

Ressources humaines

450 375-9115 poste 221

Agentes de liaison

Chantal Demers
450 375-9115 poste 216

Guylaine Montfils

450 375-9115 poste 217

Intervention psychosociale

Nancy Rouillard
450 375-9115 poste 219

Stéphane Bernier

450 375-9115 poste 227

Congés pour la période des Fêtes 2021-2022

Les services de répit seront fermés :

 Vendredi	24 décembre 2021
 Samedi	25 décembre 2021
 Dimanche	26 décembre 2021
 Vendredi	31 décembre 2021
 Samedi	1 ^{er} janvier 2022
 Dimanche	2 janvier 2022



Nos bureaux administratifs seront fermés du 24 décembre 2021 au 2 janvier 2022 inclusivement.

Souhaits

Que ces fêtes de fin d'année puissent être aussi rayonnantes, douces et heureuses que possible pour vous et toute votre famille. Qu'elles vous apportent joie, prospérité et SANTÉ pour cette nouvelle année.



Joyeuses Fêtes!

De toute l'équipe de
La Maison soutien
aux aidants



Un premier Noël sans un être cher

Extrait du billet d'ANDRÉE-ANNE GUÉNETTE,
BLOGUE COUP DE POUCE

Noël, c'est magique. On le sait. On nous le répète *ad infinitum* dans des chansons, dans des cartes de vœux, sur des affiches scintillantes dans les magasins. (...) Quand le cœur n'est pas à la fête, ça ne sert à rien de faire semblant. (...) Même si ça veut dire se coucher à 20 h le soir du réveillon. Ou aller à la messe de minuit même si on n'y est jamais allé. Ou boire cinq gin-tonics si c'est ce qu'il faut. Ou aller marcher dans la froide nuit hivernale. Ou recevoir 50 personnes. Ou ne recevoir personne. Seul vous savez ce que vous souhaitez vraiment. Il suffit de fermer les yeux et d'écouter votre cœur. Il saura vous dire.

Pour lire le texte en entier:

<https://www.coupdepouce.com/vie-perso/psychologie/article/a-toi-qui-passe-un-premier-noel-sans-un-etre-cher>



Merci à nos précieux
partenaires!