

## AUTRES SERVICES OFFERTS À TOUS LES PROCHES AIDANTS :

### FORMATION PDSB

(Principes de déplacements sécuritaires  
pour bénéficiaires)

Mercredi 19 avril 2023

13 h à 16 h

Gratuit, places limitées

**Lieu :** à déterminer

### CAFÉS-RENCONTRES

Deux lundis par mois, thèmes mensuels.

De 13 h 30 à 15 h

**Lieu :** Saint-Flavien

### YOGA SUR CHAISES

Dernier lundi et mardi du mois

De 9 h 30 à 10 h 30

**Lieu :** Sainte-Croix et Saint-Narcisse

### GROUPE D'ÉCHANGES, AU-DELÀ DES MOTS

Automne 2022

7 rencontres de deux heures, aux deux semaines,  
abordant les étapes du parcours de proche aidant.

De 13 h 30 à 15 h 30

**Lieu :** Saint-Agapit

### GROUPES DE SOUTIEN FERMÉ

Automne 2022 / Printemps 2023

4 rencontres de deux heures, aux deux semaines  
abordant les thèmes suivants : La culpabilité,  
le changement, les émotions, le sens,  
prendre soin de soi, etc.

**Lieu :** Saint-Flavien

### GROUPES DE SOUTIEN CONTINU

Rencontres de deux heures, aux six semaines,  
thèmes variés.

**Lieux :** Saint-Narcisse, Lotbinière, Saint-Flavien

### ET AUSSI...

- Intervention et suivis individuels
- Centre de documentation
- Références et accompagnement vers les services de répit, de deuil, soutien cancer, transport, CLSC, etc.
- Informations sur les crédits d'impôts, mesures gouvernementales, etc.
- Points de services : Lotbinière, Saint-Patrice-de-Beaurivage, Saint-Flavien

**Pour toutes informations ou inscriptions :**  
**418-728-2663 / 1-833-728-2663**



**CALENDRIER D'ACTIVITÉS  
2022 - 2023**

***Bienvenue !***

**Pour informations et inscriptions : 418 728-2663**  
**rpilotb@hotmail.com**  
**<http://aidants-lotbiniere.org>**

**Jeudi 22 septembre 2022**

### DÎNER-CONFÉRENCE DES AIDANTS

**Thème :** « Le sommeil, quelle bonne habitude ! »

**Lieu :** Salle La Chapelle  
Laurier-Station (364, rue St-Joseph)  
De 11 h à 14 h

---

**Jeudi 20 octobre 2022**

### SOIRÉE-CONFÉRENCE DES AIDANTS

**Thème :** « Jacques Hébert, le conteur »

**Lieu :** Centre Multi-génération,  
Saint-Flavien (12, rue Roberge)  
De 17 h à 20 h

---

**Mercredi 2 novembre 2022**

### FORMATION DES AIDANTS

**Thème :** « Magasiner une résidence, ça se prévoit ! »

**Lieu :** Centre multifonctionnel, salle 101,  
Saint-Apollinaire (20, rue Terry Fox)  
De 13 h 30 à 16 h

---

**Mercredi 9 novembre 2022**

### SOUPER ANNUEL DES AIDANTS ET DES AIDÉS

**Thème :** « Hommage et animation »

**Lieu :** Club de golf de St-Gilles,  
Saint-Gilles (269, route 269)  
Dès 17 h

---

**Mercredi 7 décembre 2022**

*Plan b : 8 décembre*

### DÎNER-CONFÉRENCE DES AIDANTS

**Thème :** Conférence Desjardins :  
Vente de maison, hébergement  
en CHSLD, procuration, etc.

**Lieu :** Centre multifonctionnel, salle 101,  
Saint-Apollinaire (20, rue Terry Fox)  
De 11 h à 14 h

**Mercredi 18 janvier 2023**

*Plan b : 19 janvier*

### JOURNÉE DE RESSOURCEMENT DES AIDANTS

**Thème :** « Prévenons la fraude, en s'informant ! »

**Lieu :** Complexe des Seigneuries,  
Saint-Agapit (1080, avenue Bergeron)  
De 11 h à 14 h

---

**Lundi 13 février 2023**

*Plan b : 15 février*

### BRUNCH DE LA ST-VALENTIN DES AIDANTS ET DES AIDÉS

**Thème :** « Musique et animation »

**Lieu :** Hôtel de ville, salle Robert Daigle  
Sainte-Croix (6310, rue Principale)  
De 10 h à 13 h

---

**Mercredi 22 février 2023**

*Plan b : 24 février*

### CONFÉRENCE POUR LES PROCHES AIDANTS

**Thème :** « La maladie d'Alzheimer et autres troubles cognitifs »

**Lieu :** Centre multifonctionnel  
salle Mario Grenier,  
Saint-Sylvestre (435, rue Principale)  
De 13 h à 16 h

---

**Lundi 6 mars 2023**

*Plan b : 7 mars*

### DÉJEUNER-RETROUVAILLES DES EX-AIDANTS

**Thème :** « La spiritualité pour apaiser la perte »

**Lieu :** Salle multifonctionnelle, Dosquet  
(154, rue St-Joseph)  
De 9 h à 11 h

**Mercredi 22 mars 2023**

*Plan b : 23 mars*

### CABANE À SUCRE DES AIDANTS ET DES AIDÉS

**Lieu :** Cabane à sucre du Père Normand  
Saint-Sylvestre (447, route Montgomery)  
De 11 h à 14 h

---

**Mardi 11 avril 2023**

### THÉ À L'ANGLAISE DES AIDANTS

**Thème :** « Loi sur les services de santé et les services sociaux »

**Lieu :** Salle municipale, Saint-Édouard  
(2590, rue Principale)  
De 14 h à 16 h

---

**Mercredi 10 mai 2023**

### SOIRÉE-CONFÉRENCE DES AIDANTS

**Thème :** « Dans le cadre de la semaine de la santé mentale »

**Lieu :** à déterminer  
Dès 19 h

---

**Lundi 19 juin 2023**

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2022-2023

**Thème :** « La proche aide autour du monde »  
Suivi d'un 5 à 7 festif

**Lieu :** Centre Chartier, salle Lotbinière,  
Lotbinière (7440, route Marie-Victorin)  
De 15 h à 19 h

---

**Juin 2023** (*Date à confirmer*)

### SOUPER-THÉÂTRE DES AIDANTS ET DES AIDÉS

**Thème :** Pièce à déterminer

**Lieu :** Théâtre Beaumont,  
Saint-Michel de Bellechasse  
Dès 18 h