



## Le bonheur, ça se bâtit!

Le **Centre d'entraide aux aînés** et le **CR3A** vous invitent à un atelier gratuit pour proches aidants d'aînés ainsi que toute personne intéressée.



### **Animatrice : Madame Marie Ange Richer**

Madame Richer est coordonnatrice du programme de soutien aux proches aidants d'aînés au **Centre d'entraide aux aînés** situé à la Cabane en bois rond à Gatineau. Formatrice, animatrice et professeure depuis plus de 25 ans, elle a aussi été proche aidante pour son cher père.

Être proche aidant amène ses exigences ainsi que ses moments de bonheur! Choisir d'être heureux est une décision que nous pouvons tous prendre. Cette volonté relève fondamentalement de notre attitude face à la vie. C'est à nous d'apprendre comment on peut y arriver. Madame Richer nous guidera dans ce processus fort intéressant!

**Quand :** lundi 10 décembre 2018  
**Durée :** 13h30 à 15h  
**Où :** CR3A de St-André-Avellin  
134 rue Principale  
Saint-André-Avellin, Québec

**Veillez réserver tôt, car le nombre de participant(e)s est limité :**

Elaine Poulin, 819 983-1565 ou par courriel : [cr3a@tlb.sympatico.ca](mailto:cr3a@tlb.sympatico.ca)

en partenariat avec :

**L'APPUI** POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS  
OUTAOUAIS

INFO-AIDANT  
1 855 852-7784 LAPPUI.ORG