



Centre Communautaire
Bénévole Matawinie

Connaître pour se reconnaître...

Chronique pour les proches Aidants

Prisonnier de mon isolement

Il était une fois un couple chez le médecin. Un regard inquiet se lisait dans leur visage. Main dans la main, ils étaient prêts à affronter les résultats. Les nouvelles furent difficiles à entendre. Une maladie dégénérative venait de frapper cette homme de 69 ans. Sa femme, dévouée et d'un grand cœur, s'occupa de son mari. Elle laissa de côté son cours de peinture le jeudi. Elle cessa de donner des cours de piano. Elle annula plusieurs sorties entre amis. Les années passèrent et l'état de son mari régressa de plus en plus. Ne voulant pas inquiéter son mari ni ses enfants, la dame garda ses inquiétudes et son trop plein d'émotions au plus profond d'elle-même. Elle s'isola de plus en plus. À qui pouvait-elle parler? Qui pouvait comprendre ce qu'elle vivait?

Les groupes de soutien offerts aux proches aidants est un bon moyen de BRISER L'ISOLEMENT

Le Centre Communautaire Bénévole Matawinie offre aux aidants de la MRC Matawinie :

- **Des groupes de soutien** : Pour se sentir moins seul et échanger entre aidants. Groupe à Rawdon, St-Jean-de-Matha, St-Michel-des-Saints
- **Des groupes de répit** : Permettre à l'aidé(e) de passer un bon moment, sous la vigilance de 2 animatrices pendant que vous prenez quelques heures de répit pour vous ressourcer et vous reposer. Lieu : Rawdon et St-Alphonse
- **Une série de 8 ateliers «connaître pour se reconnaître»** : Permettre à l'aidant de s'outiller, s'informer et partager son vécu.
- Contactez Rachel St-Jean ou Stéphanie Grothé au 1 888 882-1086

Cette chronique est la deuxième d'une série de douze. Elles paraîtront à toutes les 3e semaines du mois. On vous invite à découper et conserver ces chroniques.

Centre Communautaire Bénévole de Matawinie
450.882.1084 1.888.882.1086 (sans frais)

Réalisé grâce à
la collaboration
financière de

L'APPU
POUR
LES PROCHES
AIDANTS
LANAUDIÈRE