

# RÉFLEXOLOGIE POUR LES PROCHES AIDANTS

Reflexology for Caregivers

**AVEC (with) Mme MYRNA MACDONALD**

**Vous êtes une personne proche aidante et vous aimeriez prendre un peu de temps pour vous? Cette activité est tout à fait pour vous!**

**You are caregiver and you would like to take time for yourself? This session is for you!**



**Jeudi, 9 novembre 2017, 18h30 : Français**

**Thursday, November 9, 2017, 1h30 pm : English**

**Lieu : 220 Principale, Cookshire**



**CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE  
DU HAUT-SAINT-FRANÇOIS**

**2\$ chaque  
2\$ each**

**Nombre de places limité : Max 20 personnes**

**Réservez votre place : 819-560-8540**

Early registration is encouraged as place is limited. Max 20 pers.



**1h30 pm : Press conference : Launch of the directory for caregivers (TRCAE, Estrie)**

Répit disponible (\$) **819-832-2200**  
Réservez tôt!

Plusieurs partenaires seront présents ou mettront à votre disposition de l'information concernant des services offerts dans la MRC du Haut-Saint-François pour les personnes proches aidantes.

Many partners will be present to give you informations about services



**Société Alzheimer**  
ESTRIE



**L'APPUI** POUR LES PROCHES AIDANTS D'ÂGÉS  
ESTRIE

Cette activité se déroule dans le cadre de la Semaine nationale des proches aidants, grâce au support financier de l'Appui Estrie.