

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### **TITRE : ACTIVITÉS OFFERTES PAR PALLIACCO EN JANVIER 2024 (MRC des Laurentides, des Pays-d'en-Haut et d'Antoine-Labelle)**

(Mont-Tremblant, le 15 décembre 2023) - Textes pour publication dans les rubriques concernant les événements tels les calendriers mensuels, les babillards, les agendas du mois.

\*\*\*\*\*

#### **1. Le deuil, parlons-en !**

Toute personne vivant un deuil récent ou non et qui ressent le besoin de s'exprimer. Sous forme de rencontre informelle, les participants sont invités à partager ce qui les préoccupe, les chagrinent ou ce qui leur fait du bien.

**En visioconférence** : Le mardi 09 janvier de 19 h 00 à 20 h 30.

**En présentiel** : \*dates à venir\*

\*\*\*\*\*

#### **2. Le deuil, parlons-en, pour les jeunes !**

Tout enfant, adolescent ayant perdu un être cher et qui ressent le besoin d'en parler et d'entendre d'autres jeunes raconter leur expérience.

**En visioconférence** : Le mardi 23 janvier de 19 h 30 à 21 h 00.

\*\*\*\*\*

#### **3. Yoga régénérateur**

Pour les personnes atteintes de cancer, leurs proches aidants et les personnes en deuil pour vous permettent de conserver un sentiment d'équilibre, de détente et de flexibilité.

**En visioconférence** : Yoga sur tapis : les jeudis 4, 11, 18 et 25 janvier de 9 h 00 à 10 h 00.

**En visioconférence** : Yoga sur chaise : les lundis de 11 h 30 à 12 h 00. \*Dates à venir\*

\*\*\*\*\*

#### **4. Proches aimants : rencontres pour les proches aidants**

Pour les proches aidants, afin de partager leur vécu.

**En visioconférence** : Les jeudis 11 et 25 janvier de 10 h 00 à 11 h 30.

\*\*\*\*\*

## **5. Groupe de détente**

Pour les personnes atteintes de cancer, leurs proches aidants et les personnes en deuil afin de découvrir et expérimenter des outils pour relaxer et trouver un calme intérieur.

**En visioconférence** : Les mercredis 10 et 24 janvier de 10 h 30 à 12 h 00.

\*\*\*\*\*

## **6. Service d'accompagnement en fin de vie**

Nous offrons un service d'accompagnement à domicile pour toute personne en fin de vie désirant mourir chez elle.

\*\*\*\*\*

## **7. Soutien individuel à toute notre clientèle**

Nous avons une équipe de bénévoles formés pour accompagner, à nos bureaux, par téléphone ou en visioconférence, toute la clientèle de notre territoire.

\*\*\*\*\*

## **8. Services aux enfants, adolescents et leurs familles**

Services d'accompagnement auprès des enfants et adolescents atteints de cancer ou qui vivent un deuil récent ou à venir.

- Boîtes à outils disponibles pour soutenir les parents. -

\*\*\*\*\*

**Source** : Anne-Marie Plante, adjointe administrative

**Téléphone** : 1 855 717-9646

**Courriel** : [admin@palliacco.org](mailto:admin@palliacco.org)

**Site web** : [www.palliacco.org](http://www.palliacco.org)