

Aider sans s'épuiser !

Être proche aidant demande du temps et de l'énergie, ce qui en laisse moins pour les autres sphères de vie.

Se sentir fatigué - ça arrive. Mais, comment savoir si je me dirige vers l'épuisement?

Nous avons des réponses et une boîte d'outil spécialement pour vous.

Mardi 21 mai 2024 - de 12 h à 14 h
Avec Kathy Savard, travailleuse sociale.



Date limite des inscriptions : mercredi 15 mai 16h00

Par courriel : jelena.krstic@etape-emploi.ca