

# Centre d'action bénévole du Grand Châteauguay



10, rue Gilmour  
Châteauguay (Québec) J6J 1K4  
☎ 450 699-6289  
Site internet : [www.cabchateauguay.org](http://www.cabchateauguay.org)

- Information
- Formation
- Soutien psychologique
- Aide à domicile-Autres services

Français  Anglais

## INFORMATION

### Accueil, évaluation, référence et relation d'aide

- Rencontre d'information, service de référence, aide dans différentes démarches
- Visites à domicile

- Assert yourself and claim your space
- Ambiguous loss and grief
- Understanding the origins of guilt

### Cafés-rencontres

- Discussions libres ou thématiques telles que :
  - Apprendre à s'affirmer pour prendre sa place
  - Les deuils blancs
  - Identifier les signes de l'épuisement et apprendre à y faire face

## FORMATION

### Ateliers de formation

- Comment prévenir l'épuisement chez les proches aidants
- La sécurité (à domicile, face aux médicaments, internet)

### Ateliers thématiques

- Les premiers soins
- Les aides fonctionnelles
- Les déplacements sécuritaires

## SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

### Consultation en relation d'aide

- Soutien-conseil individuel
- Service d'écoute téléphonique

### Groupes de soutien/entraide

- Groupe de soutien aux aidants
- Groupe de soutien pour personnes endeuillées

## AIDE À DOMICILE-AUTRES SERVICES

### Activités communautaires de soutien

- Service de préparation des rapports d'impôt
- Accompagnement transport médical
- Visites d'amitié
- Aide à la marche