

L'AVC : Par où commencer ?

L'AVC : Par où commencer ? est un programme d'information et de soutien gratuit sur l'Accident Vasculaire Cérébral (AVC) destiné aux personnes ayant subi un AVC et leurs proches aidants. Il résulte d'un travail de co-construction entre l'organisme ARTÈRE, le Centre Interdisciplinaire de Recherche en Réadaptation et Intégration Sociale (CIRRIS) et l'Université Laval.

Les objectifs du programme sont :

- Outiller les personnes pour pouvoir faire face aux changements
- Créer un lieu d'échange et d'appartenance

Format :

- Neuf (9) séances en groupe et gratuites, d'une durée de 2h00
- Des discussions animées par un animateur du milieu communautaire
- Des interventions d'un co-animateur au savoir expérientiel
- Des capsules vidéos enregistrées par des experts en contenu

SÉANCE 1 Introduction

SÉANCE 2 S'informer

SÉANCE 3 Bouger

SÉANCE 4 Manger

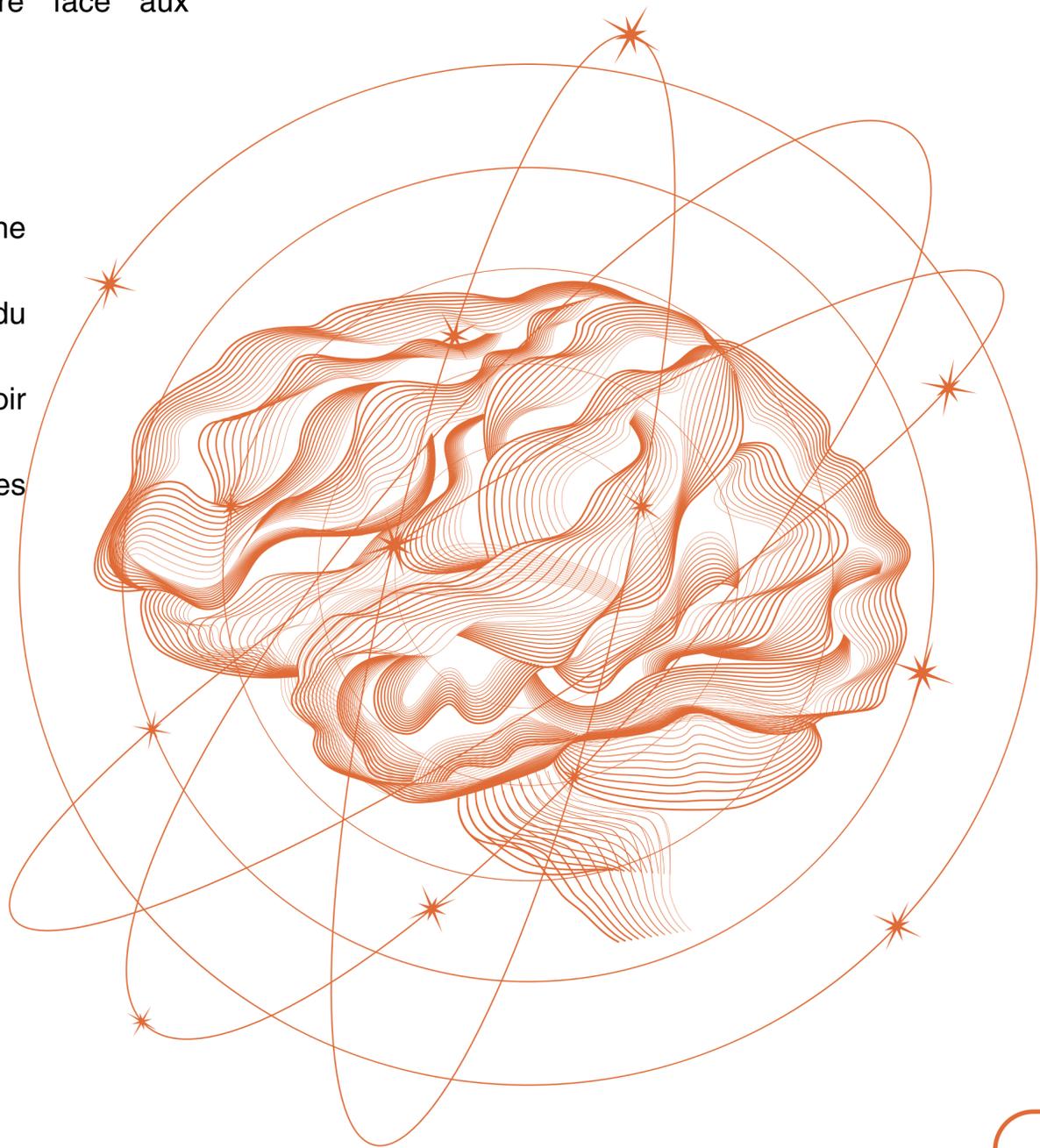
SÉANCE 5 Interagir

SÉANCE 6 S'adapter

SÉANCE 7 Gérer l'administratif

SÉANCE 8 Vivre avec ses émotions

SÉANCE 9 Participer à la vie en communauté



Informations : (418) 647-3684 poste 3 | courriel : direction@arterequbec.com