



### Notre mission

Depuis 2002, l'ALPA sensibilise la population de Laval à la réalité des proches aidants en développant et bonifiant ses services pour contribuer à leurs besoins sur le plan psychologique, familial et social par son expertise en constante évolution.



### Capsules vidéos

Des capsules informatives sont disponibles sur le site internet de l'organisme au [www.aldpa.org](http://www.aldpa.org) sous l'onglet ressources-vidéos.

Différents thèmes sont abordés tel que:

- Occuper mon enfant pendant ses temps libres;
- Se reconnaître comme proche aidant;
- Le stress;
- Comment prendre soin de moi;
- Comment gérer les comportements de mon enfant;
- Les émotions;

### Pour nous joindre

☎ 450-686-2572 poste 224

🖱 [www.aldpa.org](http://www.aldpa.org)

✉ [inter2@aldpa.org](mailto:inter2@aldpa.org)

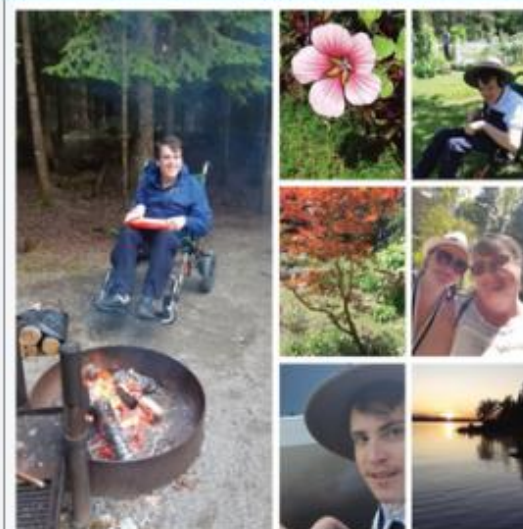
📍 1850, boul. Le Corbusier Laval, Québec H7S 2K1

Association Lavalloise des  
Personnes Aidantes

450-686-2572 poste: 224



**CENTRE  
MULTI-SERVICES  
POUR LES PROCHES  
AIDANTS DE LAVAL**





### Besoin d'une écoute et de soutien?

Vous sentez-vous dépassé par la situation? vous sentez-vous épuisé? Vivez-vous une détresse psychologique?

*Vous n'êtes pas seul! Nos intervenantes psychosociales sont là pour vous aider que ce soit par téléphone, en virtuelle ou à nos bureaux dans un salon prévu à cet effet respectant les règles sanitaires.*



-----

L'ALPA, ou Association Lavalloise des Personnes Aidantes, est un organisme qui travaille à accompagner les aidants tout au long de leur parcours, et dont les valeurs sont:

- ✓ ACCUEIL
- ✓ ÉCOUTE
- ✓ RESPECT
- ✓ SOUTIEN

★ ★ ★ ★ ★



### Répît à domicile

Le projet *soutenir les parents, stimuler les enfants*, est soutenu par le Fonds d'urgence pour l'appui communautaire, du gouvernement du Canada, et par la Fondation du Grand Montréal

Nos préposés sont disposés à se rendre à votre domicile pour y faire des activités de stimulation avec votre enfant. De façons à vous aider à prendre du temps pour vous ou pour passer du temps de qualité avec vos autres enfants.

