



Vues de l'intérieur par des proches aidants

(Mont-Tremblant, le 25 octobre 2018) – Le Centre d'Action Bénévole Laurentides (CABL) exposera des créations réalisées par des proches aidants du 31 octobre au 18 novembre, à la salle Alphonse-Desjardins située au 1145, rue de Saint-Jovite.

En 2017, le CABL fêtait ses 35 ans et c'est dans ce contexte que s'inscrit l'exposition *Vues de l'intérieur*. Il s'agit d'un projet collectif où une vingtaine de proches aidants ont accepté de présenter leurs créations très personnelles puisqu'elles ont été réalisées à partir d'un processus thérapeutique. Chaque proche aidant s'est aussi livré à un atelier d'écriture dans le but de permettre à l'observateur d'intégrer leur vécu. Il s'agit d'une exposition humble et concrète, dont les attentes esthétiques ne sont pas une priorité. L'art-thérapie est avant tout un espace d'expression et de développement personnel.



Cette exposition permettra de démystifier la réalité des proches aidants et ainsi de permettre à d'autres personnes vivant la même situation de s'identifier et de les encourager à trouver les ressources et les outils qui les aideront dans leur rôle au quotidien. Elle permettra également aux participants du projet d'inviter leurs familles et leurs amis à voir une parcelle de ce qu'ils vivent depuis quelques années et ainsi de pouvoir bénéficier d'une certaine gratification et reconnaissance sociale.

Le CABL est un organisme à but non lucratif offrant des services de soutien à domicile depuis 1982. Il contribue à maintenir la qualité de vie des aînés, des personnes convalescentes ou en perte d'autonomie et des proches aidants sur le territoire de la MRC des Laurentides. Il y a cinq ans, un programme de soutien psychologique auprès des proches aidants a été mis sur pied. C'est ainsi qu'Annie Bilodeau, psychoéducatrice et art-thérapeute, a implanté un atelier de soutien en art-thérapie aux proches aidants.

Située au 1145, rue de Saint-Jovite, la salle Alphonse-Desjardins ouvrira ses portes pour cette exposition du 31 octobre au 18 novembre, soit les mercredis, de 13 h à 16 h, les jeudis et vendredis de 13 h à 19 h, les samedis, de 10 h à 15 h, et les dimanches de 13 h à 17 h. De plus, dans le cadre de la Semaine nationale des proches aidants qui se déroulera du 4 au 10 novembre 2018, un vernissage public aura lieu le jeudi 8 novembre à 17 h, suivi de témoignages de proches aidants qui bénéficient des services de la région.

L'entrée est libre, bienvenue à tous et à toutes!

Renseignements : 819-425-8614, poste 2500 • villedemont-tremblant.qc.ca