



## Atelier pour les personnes aidantes francophones à Embrun

Ce projet de l'Union culturelle des Franco-Ontariennes (l'UCF♀) vise à aider les personnes aidantes naturelles francophones de l'Ontario à survivre en continuant leurs activités et en s'adaptant à leur rôle de façon positive.

**DATE:** Le 5 février 2020

**HEURE :** 8:30 – 15:00

**LIEU :** Palais des sports d'Embrun  
6 rue Blais, Embrun, ON K0A 1W0

Pour vous inscrire, **avant le 3 février** ou pour de l'information complémentaire, contactez :

Micheline Surprenant téléphone : 613 443- 5157  
ou Lina Denis, 613 443-1568, courriel :  
denislina@hotmail.com.

Financé en partie par le gouvernement du  
Canada par le biais du Programme de  
partenariats pour le développement social

Canada

Ontario

Le financement de ce projet a été généreusement fourni par la province de l'Ontario. Les points de vue exprimés dans cette publication sont ceux de l'Union culturelle des Franco-Ontariennes et ne reflètent pas nécessairement ceux de la province. »

  
ALLIANCE DES FEMMES DE LA  
FRANCOPHONIE CANADIENNE

Municipalité de  
**RUSSELL**  
Township

Répit pour les  
personnes aidantes

### Objectifs

#### A B C D

**A** Acquérir les outils  
nécessaires pour nous  
soutenir dans nos  
tâches et activités

**B** Briser l'isolement et se  
retrouver entre  
francophones

**C** Comprendre et mieux  
gérer nos émotions

**D** Donner à soi, un temps  
de répit mérité sans  
culpabilité

Coordinatrice du projet,  
Vivre comme personnes aidantes  
Nicole Bougie  
[projets@franco-ontariennes.ca](mailto:projets@franco-ontariennes.ca)