



Vivre comme personnes aidantes

Atelier et ressource

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 samedi, 6 avril de 9h30 à 15h00

(Il y aura un frais de 5\$ pour le diner servi). Il faut confirmer votre présence. Suivi d'interlude musical thérapeutique 14h30 à 15h30.

LIEU : L'École Secondaire Elizabeth Bruyère
358, rue Bridges, Matawa, Ontario

Pour vous inscrire ou des renseignements, contactez

Pauline Belhumeur au 705 744-5373

Nicole Poirier au 705 744-2634

**Merci de
confirmer
votre présence**



Service Ontario

Ministère de santé et de soin de longue durée

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 notre stress

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

Coordinatrice du projet,
Vivre comme personnes
aidantes

Laurraine Dorion Davignon

ucfolaurrainedd@gmail.com