



## « Vivre comme personnes aidantes » Un atelier de soins de soi

Ce projet de l'Union culturelle des Franco-Ontariennes (l'UCFO) 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 mercredi 12 juin 2019  
9h30 à 14h30

**LIEU :** Centre Ed Gilbert  
80, rue Bradford, Barrie, salle 345

Le dîner gratuit sera servi à ceux et celles inscrits-es.

En collaboration avec   
**Colibri**  
Centre des femmes francophones  
du comté de Simcoe

Pour vous inscrire ou pour de plus amples renseignements, SVP communiquer avec Katelin Beauvais à [admin@centrecolibri.ca](mailto:admin@centrecolibri.ca) ou au (705) 797-2060.

Merci de confirmer votre présence d'ici le lundi 5 juin 2019.

Coordnatrice du projet  
Laurraine Dorion Davignon  
[ucfolaurrainedd@gmail.com](mailto:ucfolaurrainedd@gmail.com)

**Personnes aidantes  
informées**

**L'avez-vous déjà été?  
L'êtes-vous?  
Quand le serez-vous?**

Briser l'isolement et se  
retrouver entre francophones

Comprendre et mieux  
traverser les pertes, gérer et  
mieux comprendre nos  
émotions

Donner à soi un temps de  
répit mérité sans culpabilité