



L'Union culturelle  
des Franco-Ontariennes



Vous vous occupez :

- ♥ d'un conjoint, d'une conjointe,
- ♥ d'un membre de votre famille,
- ♥ d'un ou d'une amie, d'un voisin, d'une voisine ou d'un collègue,

alors, vous êtes une personne aidante.

Plus de 8 millions de Canadiens fournissent des soins à un ami ou à un proche, soyez une personne aidante informée. Les ateliers et cercles de soutien vous offriront des informations pertinentes pour vous soutenir dans votre tâche.

## Soutien pour les personnes aidantes de l'Ontario

### CERCLE DE SOUTIEN

#### SUJETS

*Du stress au bien-être  
Je ne suis pas seule  
Gérer la culpabilité et la colère  
Nourrir notre côté francophone  
Améliorer nos communications  
Défis, solutions et connaissances  
Prévenir le sentiment d'impuissance  
Ressources en français*

Pour plus d'information communiquer avec la coordinatrice du projet : **Vivre comme personnes aidantes**, Nicole Bougie, courriel : [projets@franco-ontariennes.ca](mailto:projets@franco-ontariennes.ca) , téléphone : 613 679-1334

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



Centre de santé  
communautaire  
de l'Estrie

Date : 19 mars 2020

Lieu : Centre de l'Estrie au 649 Notre-Dame, Embrun

Contact : Céline Côté, (613) 827-8044,

courriel : [celinecote56@icloud.com](mailto:celinecote56@icloud.com)

Workshop for francophone Caregivers