



Atelier

Vivre comme personnes aidantes

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 28 mars, 2019

HEURE : 9 :30 – 11 : 45

LIEU : Centre de Santé communautaire de l'Estrie
2081 rue Laval (ON) K0A 1E0, Bourget

Pour vous inscrire **avant le 26 mars** ou pour de l'information complémentaire, contactez

Linda G. Robert, animatrice
613 419 1075 ou par courriel à
lindagrobert@yahoo.ca

Coordinatrice du projet
Laurraine Dorion Davignon
ucfolaurrainedd@gmail.com

Canada 

Ce projet est financé en partie par le Gouvernement du Canada par le biais du Programme de partenariats pour le développement social – Composante « enfants et familles »



Répétition 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 répétition mérité sans culpabilité