



Vivre comme personnes aidantes

Groupe de soutien

Thème : Mangez pour sa santé pour les 65 ans et plus

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 21 janvier 2020

DURÉE : 9h30 à 11h30

LIEU : 11 rue Aquatria, Casselman, ON

Pour de l'information complémentaire, contactez
Lucie Thériault, téléphone : 613-620-3635
Courriel : lther094@gmail.com

**Places limitées. MERCI de confirmer votre présence
AVANT le 17 janvier 2020**

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. »

mai 2019/ldd


ALLIANCE DES FEMMES DE LA
FRANCOPHONIE CANADIENNE


aquatria

Répit pour les
personnes aidantes

Objectifs

A B C D

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

Briser l'isolement et se
retrouver entre
francophones

Comprendre et mieux
gérer notre stress

Donner à soi, un temps
de répit mérité sans
culpabilité

Coordinatrice du projet,
Vivre comme personnes aidantes
Nicole Bougie
projets@franco-ontariennes.ca

Site Web de L'UCFO
<https://franco-ontariennes.ca>