



L'Union culturelle
des Franco-Ontariennes



Vous vous occupez :

- ♥ d'un conjoint, une conjointe ?
- ♥ membre de famille (tante, oncle, ... ?)
- ♥ un ou une amie, voisin, voisine, 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 vous offriront des informations pertinentes pour vous soutenir dans votre tâche.

SOUTIEN POUR LES PERSONNES AIDANTES DE L'ONTARIO

Ateliers et Cercles de soutien

Du stress au bien-être

Je ne suis pas seule

Gérer la culpabilité et la colère

Nourrir notre côté francophone

Défis, solutions et connaissances

Prévenir le sentiment d'impuissance

Ressources en français

*Pour en savoir plus sur les dates et lieux des ateliers et rencontre de cercle de soutien en Ontario, rejoindre la Coordinatrice du projet : « Vivre comme personnes aidantes »
Laurraine Dorion Davignon,*

*courriel : ucfolaurrainedd@gmail.com,
cellulaire : 613 898-8756,
ou visitez le site internet :
<https://franco-ontariennes.ca>*

Facebook :

Vivre comme personnes aidantes

Financé par le Ministère de la Santé

Atelier Vivre comme personnes aidantes, le 9 septembre à Rockland (déjeuner offert) pour vous inscrire, contacter : Marie Anne Vallée, courriel : mavallee@gmail.com, téléphone : 613 419-0993.

Ateliers / cercle de soutien Bourget et Cornwall (septembre et octobre) contacter : Linda Robert, téléphone : 613 419-1075, courriel : lindagroberty@yahoo.ca.

Cercle de soutien à Embrun L'UCF♀ le 24 septembre, contacter Micheline Surprenant, téléphone : 613 443- 5157 ou Lina Denis, 613 443-1568, courriel : denislina@hotmail.com.

Cercle de soutien au Centre santé communautaire de l'Estrie à Embrun, contacter : Céline Côté, courriel : fermenico@gmail.com