



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 11 Février 2020

DURÉE : 13h30 à 15h30

LIEU : 3210 chemin 9 ,Salle communautaire de Fournier, Fournier Ont.

Pour de l'information complémentaire, contactez **Monique Dutrisac, téléphone : 613-835-2108**

Courriel : momo31@hotmail.com

Places limitées. MERCI de confirmer votre présence AVANT le 6 Février 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. »

Répit 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 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>