



## **Vivre comme personnes aidantes**

### **Atelier et ressource**

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.

### **Vous êtes invité à participer au Cercle de soutien pour les personnes aidantes francophones**

**Date:** Le jeudi 18 avril 2019 de 9h30 à 11h30  
(Collation et breuvage servi)

**Lieu :** Centre de Santé de l'Estrie à Embrun  
649, Notre-Dame Street, Embrun, K0A 1W1

Pour plus d'information rejoindre :  
Céline Côté au 613 297 8044 ou  
Laurraine au 613 898-8756  
par courriel [fermenico@gmail.com](mailto:fermenico@gmail.com)

Répit pour les  
personnes aidantes

**B**riser l'isolement et  
se retrouver entre  
francophones

**C**omprendre et  
mieux gérer notre  
stress

**D**onner à soi, un  
temps de répit  
mérité sans  
culpabilité

## **MERCI de confirmer votre présence**

Financé par le Ministère de Santé

Coordinatrice du projet,  
Vivre comme personnes aidantes  
Laurraine Dorion Davignon  
[ucfolaurrainedd@gmail.com](mailto:ucfolaurrainedd@gmail.com)