



Atelier

Vivre comme personnes aidantes

Ce projet est financé en partie par Service Ontario Ministère de santé et de soin de longue durée et 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 26 avril, 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 24 avril** ou pour de l'information complémentaire, contactez

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

Financé par le Ministère de la Santé.

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