

SÉRIE D'ATELIERS ÉDUCATIFS

SÉRIE EN
LIGNE

Windsor Essex Community Health Centre
Centre de santé communautaire de Windsor Essex

weCHC
Healthcare for You
Des soins de santé pour vous


Maîtrisez votre santé
Prenez-vous en main. Menez une vie saine.

Ateliers pour les personnes atteintes d'une **Maladie Chronique**

EN SAVOIR PLUS SUR:

- Améliorer la communication avec votre fournisseur de soins de santé
- Pensée positive, imagerie guidée & techniques de relaxation
- Planification d'actions, résolution de problèmes & fixer des objectifs personnels

- * Les classes sont interactives
- * Série **GRATUITE**
- * Ateliers aussi offerts en anglais
- * Tous sont les bienvenus!

APPRENEZ À PRENDRE VOTRE SANTÉ EN MAIN

- Bâissez votre confiance
- Créez des plans d'action personnels
- Faire face aux défis quotidiens *de la vie avec une maladie chronique*

ATELIER À VENIR

Joignez-vous à nous dans
le confort de votre maison

Tous les jeudis
du 15 octobre au 26 novembre 2020
9h30 à 12h

POUR S'INSCRIRE, CLIQUEZ SUR LE LIEN:
<https://myhccfr.oct15.eventbrite.ca>

Sans Frais 1-855-259-3605



@weCHC_



@weCHC519

www.wechc.org