

Chers proches aidants,

Il me fait plaisir de vous acheminer ce courrier spécialement conçu pour vous apporter un peu de soleil dans votre journée, bien que ces temps soient difficiles, il est important d'essayer de garder le moral.

C'est pourquoi je vous propose ma vision : Pourquoi ne pas prendre ce temps pour penser à vous, de renouer avec des amis, d'entreprendre un nouveau projet, de débiter ou recommencer une activité mise au placard par manque de temps. Bref, de vous faire du bien. Trop souvent la vie file à toute allure et nous manquons de temps avec les obligations et la routine.

Aussi, j'aimerais savoir si vous avez une adresse courriel afin que je vous fasse suivre certaines capsules, lecture ou activités qui seraient intéressantes et pertinentes pour vous. Svp M'envoyer un courriel au cabbe.proaidant@sogetel.net pour que je vous ajoute à ma liste d'envoi.

Je suis en pensée avec vous!

Vanessa Rancourt, intervenante au proche aidant CABBE

418-774-6008



«On peut aussi construire quelques choses de beau avec les pierres qui entravent le chemin»

- Goethe

«La vie, ce n'est pas d'attendre que les orages passent, c'est d'apprendre à danser sous la pluie »

- Sénèque

«Donnez à chaque jour la chance de devenir le plus beau jour de votre vie»

-Mark Twain