

Prenez votre santé en main



Sachez prendre des décisions éclairées en matière de soins de santé

Si vous êtes une personne âgée et que vous souhaitez vous renseigner sur les sujets suivants :

- ✓ rester en bonne santé
- ✓ parler à votre médecin
- ✓ faire face aux imprévus
- ✓ composer avec une maladie grave et une hospitalisation
- ✓ vieillir chez soi
- ✓ conserver son réseau social

Nous vous invitons à vous inscrire à un ou à plusieurs des ateliers de formation de la série *Prenez votre santé en main* qui seront donnés par des animateurs et animatrices qui sont également des personnes âgées.

Renseignements :

Lucie Chenevert

l.chenevert@coottawa.ca

613.789.3577, poste 24

Gratuit!
6 ateliers sur la
littératie en santé

offerts en français

au
Centre Pauline Charron
164 rue Jeanne Mance

Vous inscrire
maintenant!

www.coottawa.ca