

The Stay Strong Program
Caring for mind, body and spirit

Programme de rétablissement « Force et courage » pour les survivants d'un cancer
Pour la santé mentale, physique et spirituelle.

Personal Power Day

December 5 2024 -12:00 pm - 4:00 pm
Offered by specialists in the field

Atelier « Pouvoir personnel »

le 5 Décembre 2024 - 12:00 pm - 4:00 pm
Offerts par des spécialistes du domaine



The Personal Power Day is a half day education seminar for those with lived cancer experience and their caregivers.

TOPICS/SPECIALISTS

- How to Thrive not just Survive after Cancer
- Laine MacKinley, Physiotherapist
- Healthy Eating After Cancer
- Martha MacLean, Registered Dietitian
- Taking Care of Your Spirit
- Kelly Hudson-Lewis, Spiritual Care

Personal Power Day is free.

Light Lunch included.

Must register to attend! Please register at (506)-632-5620 or Jordan.King@HorizonNB.ca

Location: Cancer Support Program Centre 100 Sandy Point Road, Unit 4 (Saint John NB)

L'atelier sur le pouvoir personnel est un séminaire de formation d'une demi-journée destiné aux personnes ayant vécu l'expérience du cancer et à leurs soignants.

SUJETS ET SPÉCIALISTES

- S'épanouir, non seulement survivre, après un cancer
- Laine MacKinley, physiothérapeute
- Saine alimentation après un cancer
- Marhta MacLean, Diététiste professionnelle
- Prendre soin de votre esprit
- Kelly Hudson-Lewis, Soins spirituels

La journée Pouvoir personnel est offerte gratuitement.

Déjeuner léger inclus.

Il faut s'inscrire pour participer ! Veuillez vous inscrire au (506)-632-5620 ou à Jordan.King@HorizonNB.ca.

**Lieu : Centre du Programme de soutien aux personnes atteintes de cancer
1000, rue Sandy Point, Unité 4 (Saint John, NB)**