

Vitrines interactives pour explorer quelques dimensions du mieux-être personnel et communautaire

Vitrine A

Communications positives au travail

Marie-France Kenny, MFK Solutions

Quand on passe 8 heures par jour ensemble, il est certain qu'il peut y avoir des bris de communication et des malentendus. Comment s'en sortir ?

Vitrine B

Outils pour le mieux-être physique

Roger Gauthier, Réseau santé en français de la Saskatchewan

Prendre soin de sa santé physique est cruciale pour son développement mental, physique et émotionnel. Cette vitrine propose une série de bonnes pratiques et quelques exercices simples pour garder la forme au quotidien.

Vitrine C

Apprivoiser la mort pour mieux vivre

Sharon Pulvermacher, accompagnatrice, *School of Death Caring in Canada*

Apprivoiser la peur de la mort dans nos vies est difficile. Pourtant, ce mouvement de conscience transforme la vie. Les gens arrivent ainsi à vivre d'une manière plus consciente sont mieux capables d'offrir leur vie comme un don pour la communauté.

Vitrine D

Art et cartographie de soi-même

David Baudemont, art-thérapeute, artiste multidisciplinaire

Au départ d'une nouvelle expérience, une « cartographie de soi-même » peut-elle aider à définir nos points cardinaux et nos ancrages? Papier, ciseaux, quelques magazines : c'est tout ce qu'il faut pour créer un collage qui offre de nouvelles directions et apaise les doutes.

Vitrine E

Bien vivre le dialogue interculturel

Laurie Carlson-Berg Ph.D. et Fadila Boutouchen Ph.D. Faculté d'éducation, Université de Regina

Dans le cadre d'un projet de recherche, ce dialogue entre les participants vise à mieux comprendre les expériences vécues et ressenties de la diversité culturelle dans la communauté francosaskoise.

Vitrine F

Vers l'autonomie : le fonds communautaire

Wilfrid Denis, Fondation francosaskoise

La Fondation francosaskoise vous offre un outil incontournable pour le développement de nos communautés, soit géographique ou d'intérêt. Un échange sur les usages possibles du fonds communautaire à la Fondation.