Positive Program - *Free*

Building your resilience toolkit

For adult military family members



Programme positif - *Gratuit*

Créer votre boîte à outils de résilience

Pour les membres adultes de familles de militaires

Build the tools you need to stay resilient and positive amidst the unique challenges of military life. Learn practical coping strategies, discover your strengths, and connect with others who share similar experiences.

December 1
1800 – 1930
MFRC Multi-purpose Room

Light refreshments provided

Acquérez les outils dont vous avez besoin pour demeurer résilient et positif face aux défis particuliers de la vie militaire. Apprenez des techniques d'adaptation pratiques, explorez vos points forts et tissez des liens avec d'autres qui partagent des expériences similaires.

1 décembre
De 18 h à 19 h 30
Salle polyvalente du CRFM

Des rafraîchissements seront offerts

Register by November 30 | Inscrivez-vous avant le 30 novembre :

brenna.morton@winnipegmfrc.ca
204 833 2500 ext. | poste 257 4575 OR
at the front desk at 102 Comet Street
OU à la réception au 102, rue Comet

MFRC CRFM WINNIPEG