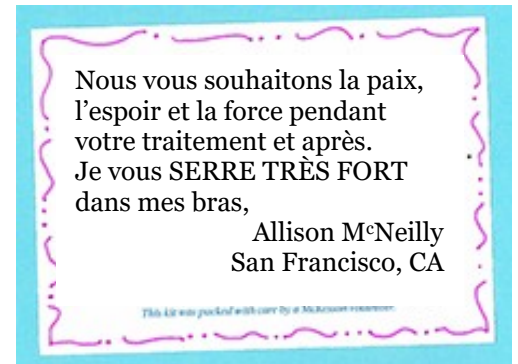


.....
Journées communautaires de 2019 – Idées pour votre message d'encouragement

Merci de vous porter volontaire pour **écrire une note d'encouragement** à une personne atteinte du cancer! Votre message nous aide à apporter de l'espoir aux patients et leur dit que nous nous préoccupons d'eux.

Au moment de rédiger votre note, tenez compte des points suivants :

- *Signez de votre prénom et votre nom (ou si vous préférez, votre prénom et l'initiale de votre nom de famille) de sorte que si un patient nous envoie un mot de remerciement, nous serons en mesure de vous le faire parvenir.*
- *Ajoutez votre ville et province pour personnaliser davantage votre carte.*



Remarque : Les patients ont des convictions religieuses et spirituelles diversifiées et nous ne connaissons pas leur diagnostic. Veuillez éviter de partager des idées et expressions religieuses comme « prompt rétablissement »

Exemple de messages encourageants :

- Restez forts et continuez la lutte. Je suis de tout cœur avec vous.
- Souvenez-vous que vous n'êtes pas seul, je vous envoie mon soutien.
- Restez positifs et essayez de profiter au maximum de chaque jour. Sachez que vous êtes important pour d'autres personnes.
- Vous êtes fort. Vous pouvez relever ce défi.
- Trouvez de l'espoir dans les moments quotidiens de votre vie.
- Nous vous aimons. Nous pensons à vous.
- Croyez en vous-même. Croyez en votre force.

Exemples de citations inspirantes :

« Faites face au soleil et votre ombre sera derrière vous. »
 – Proverbe maori

« Utilisez ce que vous avez traversé comme carburant, croyez en vous-même et ne vous laissez pas arrêter! »
 – Yvonne Pierre

Journées communautaires de 2019 – Idées pour votre message d'encouragement

« Le rire est un rayon de soleil pour l'âme. »

– Thomas Mann

« C'est seulement quand nous serons assez braves pour explorer les ténèbres que nous découvrirons le pouvoir infini de notre lumière. »

– Brené Brown

« Un héros est une personne ordinaire qui trouve la force de persévérer et de persister malgré des obstacles insurmontables. »

– Christopher Reeve