

Dépliant accessible : (Version en anglais aux 3^e et 4^e pages)

Avec le soutien du Secrétariat à la condition féminine du Québec, Le Réseau d'Action des femmes handicapées Canada (DAWN Canada) et le Réseau national d'inclusion en santé mentale (NMHIN) vous invitent à une webinar de midi :

Bouchés d'infos : RCR émotionnelle
Joignez-nous la journée internationale de sensibilisation à
l'accessibilité
Jeudi 18 mai 2023 à 13h EST
[Inscrivez-vous ici](#)

Formation en RCR émotionnelle :

Les émotions fortes et la détresse peuvent être difficiles à gérer quand on est seul.

Surtout à l'intersection du genre et du handicap.

La formation de L'RCR Émotionnelle permet aux individus de comprendre leurs propres émotions et d'aider les autres à traverser les crises et les émotions difficiles.

Que signifie le sigle RCR Émotionnelle ?

R est pour se Raccorder avec compassion

C est pour se donner des Capacités

R est pour Revivifier l'énergie accrue

E est pour les Émotions

Pour la première fois au Québec, l'RCR Émotionnelle est en français!

Avec le soutien du Secrétariat à la condition féminine du Québec, le RAFHC et le NMHIN se sont associés pour offrir des formations d'RCR Émotionnelle en français, axées sur le handicap et le genre au Québec.

Pour plus d'informations contactez Yasemin : yasemin@dawncanda.net

Qu'est-ce que l'RCR Émotionnelle ?

L'RCR Émotionnelle est un processus expérimental qui aide à la fois la personne qui offre son soutien et celle qui le reçoit. Il s'agit d'un processus mutuel de soutien et d'échange. Il s'adresse à toute personne qui désire d'aider les autres.

Comment l'RCR Émotionnelle fonctionne-t-il ?

Les participant.e.s engagent leur cœur et leur esprit, se soutiennent mutuellement et font émerger de manière organique leur voix authentique. L'RCR Émotionnelle offre une connexion sans jugement, sans résolution de problèmes et sans imposition d'idées.

Pourquoi l'RCR Émotionnelle?

Les participant.e.s déclarent systématiquement que l'RCR Émotionnelle les aide à écouter les autres et les soutenir de mieux, d'une manière plus éclairée. Ça modifie la perception que l'individu a de lui-même et du monde qui l'entoure. Ça montre à la personne comment accéder ses réserves de compassion et, en fin de compte, améliorer ses relations.

L'RCR Émotionnelle est une exploration collaborative de l'inconnu. C'est la création d'une nouvelle voix et d'un nouveau pouvoir.

Notes d'accessibilité : Des interprétations de LSQ et CART seront fournis. Cet événement se déroulera en français uniquement.

Baillleur de fonds: Secrétariat à la condition féminine du Québec

Organizations en partenariat : Le Réseau d'Action des femmes handicapées Canada (DAWN Canada) et le Réseau national d'inclusion en santé mentale (NMHIN)

Titulaire de la propriété intellectuelle: National Empowerment Center

Secrétariat
à la condition
féminine

Québec 


DAWN Canada



 National
Empowerment
Center

Accessible Flyer:

With the support of Secrétariat à la condition féminine du Québec, Disabled Women's Network of Canada and National Mental Health Inclusion Network cordially invite you to

An Online Lunch and Learn on ECPR (Only in French)

On International Accessibility Awareness Day

Thursday May 18th, 2023 at 1pm EST

[Register Here](#)

Emotional CPR training:

Strong emotions and distress can be hard to navigate alone.

Especially at the crossroads of gender and disability.

The educational ECPR training allows individuals to understand their own emotions and assist others through crises and difficult emotions.

What does ECPR stand for?

E for Emotions

C for Connection

P for emPowerment

R for Revitalization

For the first time ever ECPR has been localized for French Québec!

With the support of Secrétariat à la condition féminine du Québec, DAWN Canada and NMHIN have partnered to offer EPCR trainings in French with a focus on disability and gender in Québec.

For more information contact Yasemin at **yasemin@dawncanda.net**

What is ECPR?

ECPR is an experiential process that helps both the person offering support and the person receiving it, at the same time. It is a mutual process of support and exchange. It is for anyone who is inspired to help others.

How does it work?

Participants engage their heart and mind, embrace mutual support, and organically bring forth their authentic voice. ECPR offers connection without judgement, problem fixing or idea imposition.

Why ECPR?

Participants consistently report that ECPR helps them become better listeners and supporters. It changes the individual's perception of themselves and the world all around. It shows the person how to tap into their well of compassion and, in the end, enhance their relationships.

ECPR is a collaborative exploration of the unknown. It is the creation of a new voice and power.

Accessibility notes: LSQ and CART services will be provided. **The event will be held in French only.**

Logos:

Funder: Secrétariat à la condition féminine du Québec

Partner organizations: Disabled Women's Network of Canada and National Network for Mental Health

Intellectual Property Owner: National Empowerment Center

Secrétariat
à la condition
féminine

Québec 


DAWN Canada



 National
Empowerment
Center