



# Bulletin BRAVO

**Boucane + réduction = Amour et volonté**

**Cinquième numéro**

**Février 2010**

## **Avec BRAVO, l'amour est dans l'air...**

• **Distribuez des bonbons en forme de cœur**, si les mères les veulent comme substituts à la cigarette.

• **Envoyez une carte de la St-Valentin avec l'étoile BRAVO.** Utilisez du papier de bricolage, des matières qui brillent, de la dentelle, des plumes, etc.

• **Aidez les mères à planifier une activité familiale** à l'extérieur ou à un endroit où on ne peut pas fumer. Vérifiez les activités gratuites, comme le patin sur glace ou une visite à la bibliothèque. De nombreuses villes organisent des événements familiaux gratuits. Vérifiez le journal local.

• **Décorez des gâteaux ou des biscuits de la St-Valentin** avec les mères. Tracez une étoile en glaçage sur des petits gâteaux ou des biscuits roses. Faites participer les enfants, en leur faisant étaler du glaçage avec un pinceau.

• **Rappelez aux mères** qu'il n'est pas nécessaire d'avoir un conjoint pour égayer la journée d'un être aimé. Elles peuvent faire une surprise à leurs enfants ou se gâter elles-mêmes.

**AWARE (Action on Women's Addictions – Research & Education)**

**C. P. 86**

**Kingston (Ontario) K7L 4V6**

**[www.aware.on.ca](http://www.aware.on.ca)**

**[info@aware.on.ca](mailto:info@aware.on.ca)**

**Tél. : 613-545-0117**

## **Nouvelles sur la communauté BRAVO nationale**

Merci à toutes les personnes qui ont assisté à la réunion nationale à Ottawa en janvier. Vos talents et votre énergie aident BRAVO à prendre de l'essor.

Les sites de la phase 1 accomplissent du beau travail avec BRAVO. Il a été formidable de reprendre le contact avec Lynne (Man.), Terry (Alb.), Shannon (Yn), JoAnna (N.-É.), Jennifer (Ont.), et de rencontrer Lindsay (Yn) et Cheryl (Alb.). Mais Prema, Melanie et Heather nous ont manqué!

Merci à nos « étoiles montantes » BRAVO (une trouvaille de Linda), dont les nouveaux points de vue et idées créatives contribuent déjà à améliorer BRAVO. Nous avons eu le privilège de rencontrer Geneviève (TNO), Christine (C.-B.), Raylene (Sask.), Linda (N.-B.), Jacque (Î.-P.-É.), Lisa (T.-N.-L.) et Nicole (T.-N.-L.).

Nous remercions aussi Sylvie et toutes nos amies de l'ASPC et de Santé Canada, pour leur participation et leur engagement. Le rôle actif et encourageant que vous jouez dans BRAVO nous touche toutes beaucoup.

À l'Î.-P.-É., Jackie et Joanna donneront une formation en mars à tous les projets PACE de la province. Merci de vos efforts et amusez-vous bien!

## **Nouveauté dans le site Web : une vitrine BRAVO!**

Nous sommes en train de monter une page Web pour présenter vos idées et innovations sur BRAVO. Veuillez nous envoyer un courriel à [info@aware.on.ca](mailto:info@aware.on.ca), avec une description de l'événement que vous voulez présenter dans le site. Envoyez aussi des photos, si vous en avez. N'oubliez pas de signer une décharge, disponible à : [www.aware.on.ca/starss/starss-showcase](http://www.aware.on.ca/starss/starss-showcase)

Pour télécharger une version facile à imprimer du bulletin, allez à [www.aware.on.ca](http://www.aware.on.ca).