



Hay River Health & Social Services Authority | Administration des services de santé et des services sociaux de Hay River  
 37911 MacKenzie Highway | 37911 route Mackenzie  
 Hay River, NT X0E 0R6 | ☎ (867) 874-8000 📠 (867) 874-8141

National Addictions Awareness Week partners  
**The Hay River Healthy Family Program** & the  
**Kátł'odeeche Wellness Centre** invites you to  
 our alcohol and drug free event:

## SELF-CARE DAY!

For parent(s) of children ages 0-6

Date: **Thursday, November 24<sup>th</sup>**  
 Location: **The Recreation Complex  
 (K'atl'odeeche First Nation)**  
 Time: **9:00am – 3:30pm**  
 (Includes light snacks, refreshments and lunch)

***This is an adult only event***

*Please contact us if you are having  
 difficulty securing childcare for the day.*

**Due to limited seating, Confirmation &  
 Pre-Registration is required to attend**

We will have many tables (mini centers) set up  
 that you can choose from that focus on mind,  
 body, creativity, nutrition, relaxation and more!

To confirm your registration, please call or text:  
**Angela Broadhead, Healthy Family Program**  
**(867) 876-0262**

**Le programme Familles en santé de Hay River et  
 le centre de bien-être Kátł'odeeche**, partenaires  
 de la Semaine nationale de sensibilisation aux  
 dépendances, vous invitent à leur événement sans  
 alcool ni drogue :

## UNE JOURNÉE POUR PRENDRE SOIN DE SOI!

Pour les parents d'enfants de 6 ans et moins

Date: **jeudi 24 novembre**  
 Emplacement : **Complexe récréatif  
 (Première Nation  
 K'atl'odeeche)**  
 Time: **De 9 h à 15 h 30**

(Des collations légères, des rafraîchissements et un  
 déjeuner seront offerts.)

***Cet événement est réservé aux adultes.***

*Veillez communiquer avec nous si vous avez des  
 difficultés à trouver des services de garde d'enfants  
 pour la journée.*

**Les places étant limitées, la confirmation et la  
 préinscription sont requises.**

Vous pourrez choisir parmi de nombreuses tables  
 (mini-centres) proposant des thèmes tels que :  
 esprit, corps, créativité, nutrition, relaxation.

To confirm your registration, please call or text:  
**Angela Broadhead, Healthy Family Program**  
**(867) 876-0262**

