

## **Soutiens Naturels**

Les soutiens naturels sont les relations et les liens que nous avons dans la vie de tous les jours. Il s'agit souvent de relations qui sont importantes pour nous, avec des personnes qui s'intéressent à notre bien-être, comme les parents et les grands-parents, les frères et sœurs, les tantes et les oncles, les cousins et les amis.

Les soutiens naturels peuvent créer une base de soins, de liens et de croissance qui rend la vie plus riche et plus gérable. Qu'il s'agisse de petites interactions quotidiennes ou de moments importants de besoin, ces relations nous aident à relever les défis de la vie, à progresser pour atteindre nos objectifs et à nous y retrouver dans les hauts et les bas de la vie.

Vous trouverez ci-dessous quelques liens vers des renseignements et des ressources que nous espérons vous seront utiles à mesure que vous explorerez la possibilité de prendre des mesures pour créer votre vision du logement.

## **Outils et ressources liés au module**

1. Étape 1 : <https://www.sopdi.ca/housing/welcome-to-the-dso-housing-toolkit/welcome-to-the-dso-housing-toolkit-step-1>
2. Mon plan de logement et de soutien : <https://www.sopdi.ca/housing-toolkit/my-housing-and-support-plan>
3. Mon cercle de relations : <https://www.sopdi.ca/housing-toolkit/my-relationship-circle>
4. Qu'est-ce que les soutiens naturels sont de toute façon : <https://inclusionAlberta.org/connections/what-the-heck-are-natural-supports-anyway/>
5. Fiche d'information sur les soutiens naturels : [Natural supports Fact Sheet2015.pdf](#)

## **Des Ressources Et Des Liens De SOPDI**

1. Trouvez votre SOPDI:  
<https://www.sopdi.ca/fr/find-your-dso>
2. La navigation en matière de logement de SOPDI:  
<https://www.sopdi.ca/fr/housing>
3. Trouvez le navigateur ou la navigatrice en matière de logement de SOPDI de votre localité:  
<https://www.sopdi.ca/fr/housing/welcome-to-the-dso-housing-toolkit/dso-housing-navigators-contact-list>
4. Calendrier des événements:  
<https://www.sopdi.ca/fr/calendar>

**RESTEZ BRANCHÉS !**  
**sopdi.ca**



 **SOPDI**  
Services de l'Ontario pour les personnes  
ayant une déficience intellectuelle