



Groupe de soutien

SECTEUR MRC RIVIÈRE-DU-NORD

Les mardis de 13h30 à 15h30



Hiver 2024

 **Maison Aloïs**
651 5e Rue, Saint-Jérôme,
QC, J7Z 2W8



Frédérique St-Hilaire
Intervenante psychosociale -
Animatrice du groupe de soutien
RDN

16 JANVIER

Atelier : Prévention des incendies

23 JANVIER

Vécu partagé - Bon retour des fêtes

30 JANVIER

Lumière sur mon lâcher prise

6 FÉVRIER

Atelier : Droits en santé du comité des usagers

13 FÉVRIER

Le portrait de mon parcours de proche aidant

20 FÉVRIER

Apprendre à valser avec les deuils

27 FÉVRIER

Mon réseau soutenant

5 MARS

Vécu partagé

12 MARS

Mes rôles, mes choix

19 MARS

Démystifier les différents milieux de vie

26 MARS

Cultiver mon mieux-être

SOUTENU FINANCIÈREMENT PAR :

Appui
proches aidants

Inscrivez-vous dès maintenant!

 PAR TÉLÉPHONE : 579 888-0211 p.0

 PAR COURRIEL : LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM