

Nouvelle activité offerte sur le territoire des Sommets

Secteur Tremblant

Groupe d'art-thérapie et de soutien

Les jeudis de 13h30 à 16h00

3 OCTOBRE

Présentation des animatrices : Hélène-Marie et Annie!

10 OCTOBRE

Art thérapie

17 OCTOBRE - Groupe de soutien

Le sentiment d'obligation, une nécessité ou une contrainte ?

24 OCTOBRE

Art thérapie

31 OCTOBRE - Groupe de soutien

La colère, une émotion comme une autre

7 NOVEMBRE - Groupe de soutien

Apprivoiser l'incertitude

14 NOVEMBRE

Art Thérapie

21 NOVEMBRE - Groupe de soutien

Mon aidé et moi, avant et après la maladie

28 NOVEMBRE

Art thérapie

5 DÉCEMBRE - Groupe de soutien

Si on riait...

12 DÉCEMBRE - Groupe de soutien

Mon engagement, d'où ça vient ?



19 DÉCEMBRE

Fête de Noël avec Hélène-Marie et Annie

ART
Thérapie



**CAB DES LAURENTIDES
TREMBLANT**

682 rue de Saint-Jovite,
Mont-Tremblant, J8L 3J8



Des rencontres de groupe qui réduisent le stress, facilitent la résilience et favorisent l'expression de nos besoins.



Hélène-Marie Cornet
Intervenante psychosociale



Annie Bilodeau
Art-thérapeute



Organisme communautaire en proche aide

L'Antr'Aidant

Aucune aptitude artistique n'est nécessaire, juste le désir de prendre soin de soi.

SOUTENU FINANCIÈREMENT PAR :

Appui
proches aidants

Inscrivez-vous dès maintenant!

☎ PAR TÉLÉPHONE : 579 888-0211 p.0

✉ PAR COURRIEL : LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM