

Les mercredis de 13h30 à 15h30

22 janvier

Vécu partagé

29 janvier

Oui, non, peut-être!

5 février

Vécu partagé

12 février

Est-ce que le courant passe ?

19 février

Démystifier le système de santé

26 février

Parlons hormones

5 mars

Vécu partagé

12 mars

Et si je me priorisais?

19 mars

L'arbre de mes bons coups :
beinveillance et reconnaissance

26 mars

Cultiver le sentiment de légèreté : vivre en apesanteur

Hiver 2025



Jennyfer Savard

Cheffe d'équipe -
Animatrice du groupe de
soutien MRC TDB

Maison des aînés et
alternative de Blainville
650, boulevard Curé-
Labelle, Blainville,
Blainville, QC J7C 2J2