

# Groupe de soutien pour les proches aidants

MRC des Laurentides - secteur Tremblant

18 septembre

Vécu partagé

25 septembre

D'où je viens, où je me situe et où je vais

2 octobre

Je suis capitaine de mon bateau

9 octobre

Vécu partagé

16 octobre

Mes deuils au quotidien

23 octobre

Gestion de conflit, un étage à la fois

30 octobre

Le portrait de ma proche aidance

6 novembre

Semaine nationale des personnes proches aidantes

13 novembre

Faire le grand saut

20 novembre

La boîte à surprise

27 novembre

Qui suis-je?

4 décembre

Vécu Partagé

11 décembre

Fête de Noël, Mon beau sapin



**Automne 2025**  
Les jeudis de  
9h30 à 11h30



**Brigitte Ménard**

Intervenante psychosociale  
- Animatrice du groupe  
MRC des Laurentides,  
secteur Tremblant

Paroisse de Saint-  
Jovite,  
940 rue St-Jovite,  
Tremblant, Qc,  
J8E 3J8

SOUTENU FINANCIÈREMENT PAR :

**Inscrivez-vous dès maintenant!**

☎ PAR TÉLÉPHONE : 579 888-0211 p.0

✉ PAR COURRIEL : [LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM](mailto:LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM)