

15 avril

Vécu partagé

22 avril

Naviguer avec l'inconfort

29 avril

Où se situent mes zones de pouvoirs

6 mai

Vécu partagé

13 mai

Entre contrôle et confiance

20 mai

Quelle est ma pieuvre?

27 mai

Ami-ami avec la culpabilité

03 juin

Vécu partagé

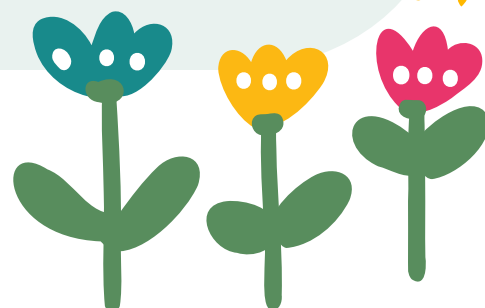
10 juin

AGA

17 juin

Fête de l'été: Mon *drink* de l'été

La confidentialité est au
cœur de nos rencontres.



Printemps 2026

Les mercredis de
13h30 à 15h30



Sonia Charbonneau

Intervenante psychosociale
- Animatrice du groupe de
soutien MRC PDH

CHSLD des-Hauteurs
Sainte-Adèle,
707 Boulevard de
Sainte-Adèle,
J8B 2N1

SOUTENU FINANCIÈREMENT PAR :

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides
Québec

Inscrivez-vous dès maintenant!

PAR TÉLÉPHONE : 579 888-0211 p.0

PAR COURRIEL : LIGNE.DACCUEIL@LANTRAIDANT.COM