

DÉCEMBRE

2022



UNITÉ DOMREMY
DE SAINTE-THÉRÈSE



www.domremystetherese.com

56 rue Turgeon, J7E3H4
Sainte-Thérèse,

450-435-0808

LÉGENDE/ANIMATEUR

Catherine Houssiau (C.H.)
Sébastien Latendresse (S.L.)
Josée Giguère (J.G.)
Bianca Lamontagne (B.L.)
Manon Lise Bigras (M.B.)
Conseil d'administration
(C.A.)

*RV individuel seulement



SUIVEZ NOUS
@domremy.stetherese

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			1 Pratiquer le pouvoir du moment présent 14h à 16h (Par C.H.) De l'impuissance à l'acceptation bienveillante 19h à 21h (Par S.L.)	2 L'anxiété : comment l'appivoiser sainement 14h à 16h (par B.L.) De la dépendance affective à l'amour de soi 19h à 21h (Par J.G.)	3 Au cœur des mots (atelier d'écriture) 14h à 16h (Par J.G.) Karaoké 18h00 à 22h30 (Par M.B.)
5 Prévenir la rechute par un nouveau mode de vie 14h à 16h (Par S.L.) Comprendre les dépendances pour s'en libérer 19h à 21h (Par B.L.)	6 Apprendre à m'aimer et avoir confiance en moi 14h à 16h (par J.G.) Changer par de petits gestes aux grands impacts 19h à 21h (Par S.L.)	7 Reconnaitre ses besoins et s'affirmer sainement 19h à 21h (Par C.H.)	8 Pratiquer le pouvoir du moment présent 14h à 15h (Par C.H.) De l'impuissance à l'acceptation bienveillante 19h à 21h (Par S.L.)	9 L'anxiété : comment l'appivoiser sainement 14h à 16h (par B.L.) De la dépendance affective à l'amour de soi 19h à 21h (Par J.G.)	10 Au cœur des mots (atelier d'écriture) 14h à 16h (Par J.G.) Karaoké 18h00 à 22h30 (Par M.B.)
12 Prévenir la rechute par un nouveau mode de vie 14h à 16h (Par S.L.) Comprendre les dépendances pour s'en libérer 19h à 21h (Par B.L.)	13 Apprendre à m'aimer et avoir confiance en moi 14h à 16h (par J.G.) Séb : En congé	14 Reconnaitre ses besoins et s'affirmer sainement 19h à 21h (Par C.H.)	15 Pratiquer le pouvoir du moment présent 14h à 16h (Par C.H.) C.A.	16 L'anxiété : comment l'appivoiser sainement 14h à 16h (par B.L.) Josée : En congé	17 Au cœur de la dépendance affective 14h à 16h (Par J.G.) Karaoké 18h00 à 22h30 (Par M.B.)
19*	20*	21*	22*	23 FERMÉ	24 JOYEUX NOËL FERMÉ
26 FERMÉ	27*	28*	29 FERMÉ	30 FERMÉ	31 FERMÉ

SPÉCIAL

