



# NOVEMBRE

2025

UNITÉ DOMRÉMY  
DE STE-THERÈSE



SUIVEZ-NOUS  
sur les réseaux sociaux

[info@domremystherese.com](mailto:info@domremystherese.com)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					1 <b>Les samedis causeries</b> S'accueillir soi-même 14h à 16h (par Marika)
3 Comprendre les 5 blessures qui empêchent d'être soi 14h à 16h (par I.L.)	4 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	5	6 L'art-thérapie pour CRÉER son équilibre 14h à 16h (par I.L.)  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	7 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	8 <b>Les samedis causeries</b> Les outils positifs 14h à 16h (par Marika)
Reconnaître et prévenir la rechute 4/5 19h à 21h (par I.L.)	Pourquoi nos valeurs sont un moteur de changement ATELIER VIRTUEL	11 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	12	13 Isabelle : En formation  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	14 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)
10 Comprendre les 5 blessures qui empêchent d'être soi 14h à 16h (par I.L.)	11 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	12	13 Isabelle : En formation  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	14 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	15 <b>Les samedis causeries</b> Être honnête envers soi 14h à 16h (par Marika)
Reconnaître et prévenir la rechute 5/5 19h à 21h (par I.L.)	12 Comprendre les bases de la D.A. 1/5 19h à 21h (par S.G.)	13 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	14 Isabelle : En formation  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	15 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	16 Karaoké dansant
17 Comprendre les 5 blessures qui empêchent d'être soi 14h à 16h (par I.L.)	18 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	19	20 L'art-thérapie pour CRÉER son équilibre 14h à 16h (par I.L.)  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	21 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	17 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)
24 Comprendre les 5 blessures qui empêchent d'être soi 14h à 16h (par I.L.)	25 Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir 14h à 16h (par S.G.)	26	27 L'art-thérapie pour CRÉER son équilibre 14h à 16h (par I.L.)  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	28 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	18 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)
Pleins feux sur la dépendance aux substances 1/4 19h à 21h (par I.L.)	Accompagner un proche sans se perdre 1/1 19h à 21h (par J.G.)	27 Comprendre les bases de la D.A. 3/5 19h à 21h (par S.G.)	28 L'art-thérapie pour CRÉER son équilibre 14h à 16h (par I.L.)  Gérer l'anxiété et les autres émotions 19h à 21h (par S.L.)	29 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)	19 De la dépendance affective à l'amour de soi durable 19h à 21h (par J.G.)

## ANIMATEURS



N

NOUVEAU | C.A. CONSEIL D'ADMINISTRATION | MISE À JOUR | D.A. DÉPENDANCE AFFECTIVE



56, rue Turgeon, Ste-Thérèse, Qc, J7E3H4 | 450-435-0808 | [www.domremystherese.com](http://www.domremystherese.com)

GROUPE FERMÉ  
INSCRIPTION REQUISE  
VIA LE SITE WEB



SOPHIE G.

SÉBASTIEN L.

JOSÉE C.

ISABELLE L.

MARIKA