

mars 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 11:30 Dimanches d'autorégulation 3:00 Dimanches d'autorégulation	2 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 6:00 Comprendre et vivre avec l'anxiété	3 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 5:00 Groupe de compétences sociales 5:45 Gestion de la colère, en particulier pour les parents 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:15 Groupe de compétences sociales 6:30 Renfrew County Parent Support Group 6:30 Juste pour papa 6:30 effective parenting through positive discipline	4 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 2:00 Webinaire sur les racines de la bienveillance 5:00 SNAP (Stop, n'Agis pas, Analyse, planifie) 5:30 Impact de la séparation/du divorce pour enfants 5:30 autorégulation des émotions 6:00 gestion du stress et de l'anxiété 6:00 Mieux vivre avec le TDAH à la maison 6:30 Groupe de soutien virtuel pour les parents, sans rendez-vous, 13-25 7:00 groupe virtuel pour les parents de jeunes suicidaires	5 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 7:00 SMART recovery: famille et amis	6 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 7:00 Le bain sonore	7 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario 9:00 Cliniques de consultation sans rendez-vous tous les jours dans l'est de l'Ontario
8 11:30 Dimanches d'autorégulation 3:00 Dimanches d'autorégulation	9 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 7:00 cercle de soins personnels pour femmes	10 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 5:45 Gestion de la colère, en particulier pour les parents 6:00 Impact de la	11 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 5:00 SNAP (Stop, n'Agis pas, Analyse, planifie) 5:30 Impact de la	12 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants	13 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 7:00 Travail sur la respiration avec Krista Helman	14

		séparation/du divorce pour parents 6:30 groupe de soutien virtuel pour parents 6:30 Juste pour papa	séparation/du divorce pour enfants 5:30 autorégulation des émotions 5:45 L'éducation des enfants pendant une séparation et un divorce conflictuels 6:00 gestion du stress et de l'anxiété 6:00 Mieux vivre avec le TDAH à la maison 6:30 Groupe de soutien virtuel pour les parents, sans rendez-vous, 13-25	12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 5:45 L'éducation des enfants pendant une séparation et un divorce conflictuels 7:00 SMART recovery: famille et amis		
15	16 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes	17 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:30 Juste pour papa	18 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 1:30 café causerie 5:00 SNAP (Stop, n'Agis pas, Analyse, planifie) 5:30 Impact de la séparation/du divorce pour enfants 5:30 autorégulation des émotions 6:00 gestion du stress et de l'anxiété 6:00 Mieux vivre avec le TDAH à la maison 6:30 Groupe de soutien virtuel pour les parents, sans rendez-vous, 13-25	19 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 6:30 Groupe de soutien aux parents de Manotick et des environs 7:00 SMART recovery: famille et amis	20 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 7:00 Travail sur la respiration avec Krista Helman	21
22	23 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes	24 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 5:00 Groupe d'écriture manuscrite 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:15 Groupe d'écriture manuscrite 6:30 Juste pour papa 6:30 Séance d'information pour les parents/tuteurs	25 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 5:00 SNAP (Stop, n'Agis pas, Analyse, planifie) 5:30 Impact de la séparation/du divorce pour enfants 5:30 autorégulation des émotions 6:00 gestion du stress et de l'anxiété 6:00 Mieux vivre avec le TDAH à la maison 6:30 Groupe de soutien virtuel pour les parents, sans rendez-vous, 13-25	26 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 12:00 Services de consultation pour les jeunes, leurs parents et leurs aidants 7:00 SMART recovery: famille et amis	27 9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes	28

29	30	31				
	9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes	9:00 groupes quotidiens pour les parents, les aidants et les jeunes 5:00 Groupe d'écriture manuscrite 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:15 Groupe d'écriture manuscrite 6:30 être parent en toute confiance 6:30 groupe de soutien aux parents en milieu rural d'Ottawa				

<https://calendar.kidscomefirst.ca>