

décembre 2025

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2 9:00 Tenir compte des mères 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:30 Renfrew County Parent Support Group	3 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	4 7:00 SMART recovery: famille et amis	5	6
7	8	9 9:00 Tenir compte des mères 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:30 groupe de soutien virtuel pour parents	10 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	11 7:00 SMART recovery: famille et amis	12	13
14	15	16 9:00 Tenir compte des mères 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents	17 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	18 6:30 Groupe de soutien aux parents de Manotick et des environs 7:00 SMART recovery: famille et amis	19	20

			avec le TDAH à la maison 6:30 Groupe de soutien virtuel pour les parents, sans rendez-vous, 13-25			
21	22	23 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents 6:30 Séance d'information pour les parents/tuteurs	24 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	25 7:00 SMART recovery: famille et amis	26	27
28	29	30 6:00 Impact de la séparation/du divorce pour parents	31 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 6:30 groupe de soutien aux parents en milieu rural d'Ottawa			