



Bienvenue Chez Phobies-Zéro

Phobies-Zéro est un groupe de soutien et d'entraide pour les personnes, jeunes ou adultes, souffrant de troubles anxieux incluant le trouble obsessionnel-compulsif. Les services s'adressent également à la famille et aux proches.

DÉMYSTIFIER

COMPRENDRE

MAÎTRISER

LES TROUBLES ANXIEUX

Site Internet
www.phobies-zero.qc.ca

Ligne d'écoute
du lundi au vendredi
de 9h à 21h
514.276.3105
1 866.922.0002

Siège social
C.P. 5681
Ste-Julie (Québec)
J3E 1X5
450.922.5964

Télécopieur
450.922.5935



Depuis avril 2005, Phobies-Zéro est reconnu comme organisme national par le Ministère de la Santé et des Services sociaux

SERVICES

- Groupes de soutien et d'entraide
- Ligne d'écoute
- Site-Web informatif - Forum de discussion
- Facebook
- Conférences et causeries
- Séances d'information
- Visites de professionnels de la santé dans les groupes d'entraide
- Formations

DOCUMENTATION

- Guide pour démystifier, comprendre et maîtriser les troubles anxieux.
Phobies-Zéro
- Guérir à gorge déployée
Auteur Patrice Coquereau, porte-parole
- Je ne suis pas une compagnie
Auteur Michel Perreault Ph.D.
- La vie en tranches
Auteur Camillo Zacchia Ph.D.
Vice-président Phobies-Zéro
- Recueil de textes et de pensées
Phobies-Zéro

CD

- Vaincre la peur et l'inconfort en avion
George Wright

Bienvenue à tous!

RENCONTRES Troubles Anxieux

Soirée: 19h30 à 21h30

LUNDI

Lévis
Maison de la Famille Rive-Sud
5501, St-Georges G6V 4M7

Repentigny
Centre à Nous (Pavillon Richelieu)
50, Thouin (Notre-Dame) J6A 4J4

MARDI

Laval (Chomedey)
Centre Jean-Paul-Campeau
3781, Lévesque Ouest H7V 1G5

Québec (Ste-Foy/Sillery/Cap-Rouge)
Maison de la Famille Louis-Hébert (2e étage)
2120, Boivin G1V 1N7

St-Jérôme
Centre de Bénévolat de St-Jérôme
227, de la Gare J7Z 4Y4



Ligne d'écoute: 514.276.3105
Sans frais: 1 866.922.0002
Siège social: 450.922.5964

MERCREDI

Granby
CCSB Saint-Benoît (Salle 119)
170, Saint-Antoine N J2G 5G8

Québec (Loretteville) (Ouverture 11/01/2017)
Hôpital Chauveau (Salle communautaire)
11999 Rue de l'Hôpital G2A 2T7

Ste-Julie
Pavillon Thérèse-Savard-Côté
477, Jules-Choquet J3E 1W6

Ste-Thérèse
Église Chrétienne de Ste-Thérèse (Sous-sol)
2 ch. du Ravin J7E 2T2

JEUDI

Montréal (Mercier/Hochelaga-Maisonneuve)
Centre d'Entraide Le Pivot (Sous-sol)
3158, Langelier (Sherbrooke) H1N 3A6

Montréal (Verdun)
CLSC Verdun
400, de l'Église (Gertrude) H4G 2M4

Québec (Limoilou)
Patro Roc-Amadour (Salle Loisir Plus)
2301, 1^{ère} avenue G1L 3M9

St-Hubert
Église St-Hubert (salle arrière)
5310, Ch. Chambly (Mtée St-Hubert) J3Y 3N7

Adhésion obligatoire
Frais minimaux par rencontre

Lors de votre première rencontre, nous vous suggérons de vous présenter 15 minutes avant le début de la réunion.

Nous vous invitons à confirmer la tenue de la réunion avec la ligne d'écoute.