



## CONTACT

courriel : [contact@mylumen.ca](mailto:contact@mylumen.ca)

Tel: (514) 815-8316

1155 Boulevard St-Joseph Est  
H2J 1L3, Montréal, QC

## WEB

[www.mylumen.ca](http://www.mylumen.ca)



@mylumen

## ENJEUX

Se développer harmonieusement implique parfois des défis que nous arrivons à relever en tant que personne ou parent. Il arrive toutefois que certains défis nous déstabilisent et nuisent à notre équilibre personnel ou familial. Parmi ceux-ci, on peut citer:

- Une ou plusieurs situations stressantes
- Une séparation
- Un enfant présentant des défis ou besoins spécifiques
- Des enjeux dans le couple ou l'éducation des enfants
- Des préoccupations en lien avec notre santé mentale

## UNE INTERVENTION PERSONNALISÉE

### AVEC DES PROFESSIONNELS

Notre clinique composée d'intervenants psychosociaux, des psychoéducateurs, des psychologues et autres professionnels, est spécialisée pour vous accompagner et vous aider à trouver des solutions et stratégies selon vos besoins.

### AGILE

Que ce soit dans le confort de votre maison ou dans nos bureaux, nous nous adaptons au lieu qui vous convient le mieux. De plus, pour votre enfant, nous pouvons nous déplacer dans son école pour s'assurer de bien évaluer et implanter des solutions en lien avec son enseignant.e.

Nos professionnels se déplacent aussi dans votre famille lorsque nécessaire.

## QUELQUES SERVICES OFFERTS

- Coaching individuel
- Coaching parental
- Gestion de stress, anxiété, émotions, dépression etc...
- Interventions familiales
- Ateliers en ligne (gestion des émotions, etc...)
- Évaluations pour enfants
- Accompagnement de couples
- Camps d'été

## SERVICES CONNEXES

- Garde d'enfants par nos accompagnateurs formés
- Aide aux devoirs
- Raccourci des enfants à la maison

## ILS NOUS FONT CONFIANCE



**CARI St-Laurent**  
Centre d'Accueil et de Référence  
sociale et économique pour Immigrants



**RePère**  
pour une paternité renouvelée