

Le Traversier de Trois-Rivières
2096, Avenue A
819-371-2420

MOIS de la
SENSIBILISATION AUX MALADIES MENTALES
OBJECTIF : S'informer sur la maladie mentale diminue la stigmatisation

Ouverture de 13hrs à 17hrs
Jeudi de 13hrs à 20hrs

octobre 2008				octobre 2008							novembre 2008																											
				d	l	m	m	j	v	s	d	l	m	m	j	v	s																					
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam./dim.			
			1 octobre	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
		14:30	Atelier de mandala	09:30	Journée plein-air aux chutes Ste-Ursule \$ Apportez votre lunch et admirer les couleurs d'automne !	14:30	Karaoké Venez relever des défis !																															
				16:30	Retour au Traversier																																	
14:30	Bingo ! Plusieurs nouveaux prix à gagner !	13:30	Sortie extérieure Concours de poésie au Centre Culturel Pauline Julien	14:30	Anniversaires du mois de septembre et octobre	14:30	Techniques de relaxation pour diminuer l'anxiété.	17:00	Souper \$	18:30	Fais-moi un dessin !	14:30	Café-rencontre Vivre heureux avec une maladie mentale est-ce possible?	13:00	Samedi Ouvert																							
	Fermé (Action de Grâce)	14:30	Danse	14:30	Atelier d'information sur l'histoire de la psychiatrie au Québec	14:30	Art-thérapie : Écoute -moi !	17:00	Souper Apportez votre lunch !	18:30	Karaoké	13:00	Journée coiffure pour homme Levée de fonds pour le vingtième anniversaire du Traversier 5,00\$																									
		15:30	Distribution alimentaire (Moisson Mauricie)																																			
14:30	Techniques de pastels " Ombre et lumière "	14:30	« Les porteurs d'espoir » Témoignage de Jack Dontigny	14:00	Atelier sur la communication par Alain Bellemare (1 de 4)	14:30	Art-thérapie : Améliorer ma santé mentale	17:00	Souper \$	18:30	Jeu de poches		Fermé	13:00	Samedi Ouvert																							
14:30	Atelier concernant les préjugés : Mythes et réalités Démystifions la maladie mentale!	14:00	« Mieux connaître mon pharmacien » Conférence avec Michel Massicotte Pharmacien	14:00	Atelier sur la communication par Alain Bellemare (2 de 4)	14:30	Art-thérapie : Je sculpte ma vie	17:00	Souper \$ Spécial halloween	18:30	Danse	14:30	Dieu merci , on improvise ! Spécial halloween																									
		15:30	Distribution alimentaire																																			

Les locaux seront fermés:
2 et le 7 octobre
Vérifiez les activités!

WWW.LETRAVERSIER.ORG
Club de marche à tous les jours : Départ 13hrs

Une baisse d'énergie ?
Prévenez la dépression saisonnière
en utilisant notre centre de luminothérapie.