

PROGRAMMATION SEPTEMBRE 2022

OUVERTURE DE 13H00 À 16H00

DÉBUT DES ACTIVITÉS 13H30

Trois-Rivières

Trois-Rivières

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
5 FERMÉ Congé Férié Fête du travail	6 Discussion : Ce que les autres pensent de moi 	7 Atelier d'improvisation 	8 Sortie au Cinéma Le tapis rouge : C'est magnifique !  Coût : 5\$ *
12 Discussion :  Mon diagnostic et moi	13 Activités d'entraide	14  Atelier d'écriture 	15  Kermesse au Cap  TRAVERSIER DE T-R FERMÉ *
19 Discussion Mélodie-causerie 	20 Activités d'entraide	21 Activité sur la santé physique et mentale avec Khoudédia  *	22 Sortie aux pommes au verger de Nicolet  *
26 TRAVERSIER FERMÉ	27 Activités d'entraide	28  Jeux de groupe : Je connais la chanson ! 	29 Club de marche Départ de l'aire écologique de la rivière Millette à 14h00 

* = **Réservation obligatoire**



= Ouvert pour les matinées d'entraide aux 2 points de services les
14 et 28 septembre

LE TRAVERSIER, CENTRE DE JOUR ET D'ENTRAIDE EN SANTÉ MENTALE

POINT DE SERVICE DU CAP-DE-LA-MADELEINE: 141, RUE MASSICOTTE, TROIS-RIVIÈRES, QC, G8T 5L5 ----(819) 371-2721

PROGRAMMATION SEPTEMBRE 2022

OUVERTURE DE 13H00 À 16H00

DÉBUT DES ACTIVITÉS 13H30

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
5 FERMÉ Congé Férié Fête du travail	6 Discussion :  Mon diagnostic et moi	7  Cahier créatif: Peinture guidée *	8 Sortie au Cinéma Le tapis rouge : C'est magnifique !  Coût : 5\$ *
12 Discussion :  Ce que les autres pensent de moi	13 Activités d'entraide	14 Club de marche  Départ du point de service du Cap à 14h00 	15  Kermesse  
19 Discussion: Mélodie-causerie 	20 Activités d'entraide	21 Atelier de pleine conscience 	22 Sortie aux pommes au verger de Nicolet Coût : 5\$ 
26 TRAVERSIER FERMÉ	27 Activités d'entraide	28 Visionnement du film:  Vol au-dessus d'un nid de coucou	29 Club de marche Départ de l'aire écologique de la rivière Millette à 14h00 TRAVERSIER DU CAP FERMÉ

* = Réservation obligatoire



= Ouvert pour les matinées d'entraide aux 2 points de services les 14 et 28 septembre

Cap-de-la-Madeleine

Cap-de-la-Madeleine