

PROGRAMMATION

Janvier 2020

Activités pour vous qui avez
un proche vivant des difficultés liées à la santé mentale

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1 Jour de l'an-Férieré Nos bureaux seront fermés	2 Lendemain du jour de l'an-Férieré Nos bureaux seront fermés	3 Nos bureaux seront fermés
6	7	8	9	10 10h-11h30 Déjeuner au restaurant *Vous devez défrayer les coûts de votre repas
13 13h30-15h30 Club de tricot et d'échange (en collaboration avec le comité psychiatrie citoyenne) 19h-20h Cours de Yoga avec Valérie Poirier	14	15 11h-14h Dîner communautaire 1.00\$	16 19h-20h30 Atelier d'information sur la maladie mentale	17
20 13h30-15h30 Club de tricot et d'échange (en collaboration avec le comité psychiatrie citoyenne) 19h-20h Cours de Yoga avec Valérie Poirier	21	22 13h-14h Café rencontre	23	24
27 13h30-15h30 Club de tricot et d'échange (en collaboration avec le comité psychiatrie citoyenne) 19h-20h Cours de Yoga avec Valérie Poirier	28	29	30	31 13h-14h Après-midi Jeux de société

- ✓ **N'oubliez pas de réserver pour les activités au plus tard la veille à midi.**
- ✓ Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h.
- ✓ Nous sommes disponibles pour des rencontres individuelles.
- ✓ Vous pouvez nous rejoindre au 418 986-6456 ou au 401-330 chemin principal, Cap-aux-Meules,
www.eclaircie.ca

