

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				1
4 <b>Semaine de Sensibilisation aux maladies mentales 3 au 9 octobre</b>	5 10h à 11h Atelier d'Informatique : Facebook, quoi faire et ne pas faire avec Marc Turbide  13h30 Marche	6  12h Dîner communautaire 1\$	7  13h30 Quilles 2\$	8
11 Action de Grâce Nos bureaux seront fermés	12 13h30 Marche	13	14 13h30 Café rencontre	15
18 13h30 Cultiver une image positive de soi	19 10h à 11h Atelier d'informatique : Recherche sur internet avec Marc Turbide	20 10h à 11h30 Déjeuner causerie	21 13h30 Exercices	22
25	26 18h30 Film	27 12h Diner d'Halloween 1\$	28	29

**Les places étant limitées, l'inscription aux activités est obligatoire.**

Afin d'assurer le respect des mesures sanitaires, nous vous demandons de :

- Procéder au lavage des mains dès votre arrivée et à votre départ
- Porter le masque dans vos déplacements dans les locaux
- Demeurer à la maison en cas de symptômes apparentés à la COVID-19

Heures d'ouverture :

Lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h.  
\*Disponibles pour des rencontres individuelles.\*

Information ou inscription : 418-986-6456 ou au  
401-330 chemin principal, Cap-aux-Meules,