

PROGRAMMATION

Mai 2022

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 13h15 Le Comité de psychiatrie citoyenne vous invite à une marche suivie d'une animation contée	3	4 13h30-15h Le Comité de psychiatrie citoyenne vous invite à une danse avec Cindy Mae 19h30 Conférence sur zoom « Prendre soin de soi en pandémie » par Danie Beaulieu	5	6 14h Relaxation / Mandala
9 13h30 Marche	10 13h30 Peinture sur pierre	11 13h30 Activité physique	12	13
16	17 13h30 Bricolage	18 12h Dîner communautaire 1\$	19 13h30 Après-midi film à l'Eclaircie	20
23 Fête des Patriotes Nos bureaux sont fermés	24 13h30 Activité physique	25 19h Conférence « Les bienfaits de la nature sur la santé mentale » par Jean-Philippe Leblanc	26	27
30	31 13h30 Rallye extérieur			

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 les locaux de l'organisme
- Demeurer à la maison en cas de symptômes apparentés à la COVID-19

Information ou inscription :

418-986-6456 ou au
401-330 chemin principal,
Cap-aux-Meules G4T 1C9
www.eclaircie.ca

