



PROGRAMMATION

Mai 2023

Activités pour vous qui avez

un proche vivant des difficultés liées à la santé mentale

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2	3	4 17h Souper au Paradis Plein-air - une invitation du Comité de psychiatrie citoyenne *Réserver avant le 28 avril	5	6 10h30-11h30 Matinée Yoga avec Valérie Poirier
8 13h Après-midi spécial Manucure avec Audrey- Anne Longuépée *Réserver avant le 3 mai	9	10	11	12	13 10h30-11h30 Matinée Yoga avec Valérie Poirier
15	16	17	18	19 10h30-15h30 Journée de ressourcement et atelier d'art avec Geneviève Ressör	20
22 Journée nationale des patriotes Nos locaux seront fermés	23	24 13h-14h Exercices et relaxation	25	26	27 10h30-11h30 Matinée Yoga avec Valérie Poirier
29	30	31			

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
- Demeurer à la maison en cas de symptômes d'allure grippale et de gastro

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, G4T 1C9
www.eclaircie.ca