



PROGRAMMATION

Mars 2026

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2	3	4 13h30 Après-midi plein air *Une invitation du Comité psy citoyenne*	5	6 9h-10h30 Matinée Yin-yoga avec Karine Déraspe
9	10	11 13h-15h30 Fabrication de bijoux avec Valérie de Inspiration Nature	12	13
16	17 19h Conférence « Aidante naturelle, y'a rien de naturel là-dedans » avec Chantal Fleury Billet gratuit disponible dans les pharmacies	18 14h Conférence « Aidante naturelle, y'a rien de naturel là-dedans #2 » avec Chantal Fleury Billet gratuit disponible dans les pharmacies	19	20 11h30-13h Dîner au restaurant *Vous devez défrayer les coûts de votre repas
23	24	25	26	27 11h30-14h Dîner communautaire 1\$
30 13h-15h Atelier de création avec Geneviève Reesör « Lâcher prise sur la perfection »	31			

*N'oubliez pas de réserver pour les activités, les places étant limitées.
*Nous sommes disponibles pour des rencontres individuelles.
*Merci de demeurer à la maison en cas de symptômes d'allure grippale.

Heures d'ouverture :
Lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h.
Information ou inscription : 418-986-6456 ou au
401-330 chemin principal, Cap-aux-Meules,
G4T 1C9, www.eclaircie.ca, G4T1C9