



PROGRAMMATION

Juillet 2026

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1 Nos bureaux seront fermés pour le congé de la Fête du Canada	2	3 11h30-13h30 Pique-nique à HAM et mini-putt 2\$ <i>*Apportez votre lunch</i>
6	7 9h-10h Yin Yoga extérieur avec Karine Déraspe chez Cindy Hook	8	9	10 11h30-13h30 Pique-nique à Fatima <i>*Apportez votre lunch</i>
13	14 9h-10h Yin Yoga extérieur avec Karine Déraspe chez Cindy Hook	15	16	17 11h30-13h30 Pique-nique à la Côte <i>*Apportez votre lunch</i>
20	21 9h-10h Yin Yoga extérieur avec Karine Déraspe chez Cindy Hook	22	23	24 11h30-13h30 Pique-nique à CAM <i>*Apportez votre lunch</i>
27	28 9h-10h Yin Yoga extérieur avec Karine Déraspe chez Cindy Hook	29	30 11h-13h30 Le piano qui chante et pique-nique à la Grave <i>*Apportez votre lunch</i>	31

N'oubliez pas de réserver pour les activités au plus tard la veille avant 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, G4T 1C9 www.eclaircie.ca

Merci de demeurer à la maison en cas de symptômes d'allure grippale.