

PROGRAMMATION

Août 2026

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 13h30 Jeux extérieur (pétanque, washer, etc.)	4 13h30 Marche pleine conscience avec Mme Karine Déraspe	5	6 13h30 Miniputt 2\$	7 12h Pique-nique *Vous devez apporter votre lunch
10 13h30 Le comité de psy citoyenne vous invite à une sortie à la plage (Anse-aux-baleiniers)	11 13h30 Quizz du barreau (Questions d'ordre juridique)	12	13 19h Musique au coucher du soleil	14 13h30 Café-rencontre
17 13h30 Rallye en chanson sur la piste cyclable (Madelinot et acadien)	18 13h30 Bricolage	19	20 12h Pique-nique *Vous devez apporter votre lunch	21 13h30 Confection de bijoux avec Maggie
24	25 13h30 Dégustation de smoothies	26 12h Pique-nique *Vous devez apporter votre lunch	27 13h30 Café-rencontre	28 13h30 Relaxation à l'extérieur
31				

N'oubliez pas de réserver pour les activités au plus tard la veille à 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.