PROGRAMMATION
Novembre 2026
Activités pour vous qui avez des difficultés liées à la santé mentale

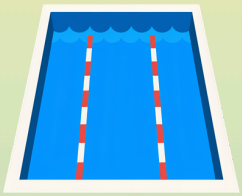
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2	3 13h30 Café-rencontre	4 13h30 Atelier d'écriture avec Benny Jones	5 13h30 Atelier de cuisine	6 12h Dîner communautaire 1$
9	10 13h30 Rencontre créative avec Geneviève Reesör	11 Jour du souvenir Nos bureaux seront fermés	12 13h à14h Le Comité de psy citoyenne vous invite à la piscine	13 13h30 Fabrication de cartes
16	17 13h30 Rencontre créative avec Geneviève Reesör	18 13h30 Atelier d'écriture avec Benny Jones	19 13h30 Atelier de cuisine	20 12h Dîner communautaire 1$
23	24 13h30 Rencontre créative avec Geneviève Reesör	25 11h30 Dîner au restaurant *Vous devez défrayer les coûts de votre repas	26	27 10h30 Le comité psy citoyenne vous invite à une initiation de yoga sur chaise
30				

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.

Le Comité de psy citoyenne vous invite :



Jeudi 12 novembre 2026
de 13h à 14 h
Activité à la piscine
Initiation à l'aquaforme
avec Lysanne Thibeault

Vendredi 27 novembre 2026
10h30
Initiation au yoga sur chaise
avec Noémie Bourque
au Studia Mouvance
597 Chemin Petitpas
Cap-aux-Meules
Places limitées



Inscription au 418-986-6456