

Le programme est ouvert tous les lundis et les mardis de 16h00 à 20h30. Les participants qui arrivent avant devront rester à l'extérieur du local. Noter : que vous devez respecter votre journée de fréquentation.

\*L'horaire et les heures d'activités peuvent parfois différer\*

| Date                                                 | Activité (16h)                                         | Activité (18h)                                                          | Activité (19h)                                                                       |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2 février</b><br>Semaine de prévention du suicide | <b>Causerie</b> – Le deuil : Interactions au quotidien | <b>Les bougies SM</b> – Présentation et sensibilisation à l'achat local | <b>Facteur A</b> (documentaire)                                                      |
| <b>3 février</b>                                     | <b>Causerie</b>                                        | <b>Soirée hockey</b>                                                    | <b>Soirée hockey</b>                                                                 |
| <b>9 février</b>                                     | <b>Causerie</b> – Raconte-moi ta fin de semaine        | <b>Confection de bougies – Les bougies SM</b>                           |                                                                                      |
| <b>10 février</b>                                    | <b>Causerie</b>                                        | <b>Artisanat de St-valentin + décorer le local</b>                      | <b>Karaoké thématique St-valentin – échange de compliments et mieux se connaître</b> |
| <b>16 février</b>                                    | <b>Fermé</b>                                           |                                                                         |                                                                                      |
| <b>17 février</b>                                    | <b>Causerie</b>                                        | <b>Glissade au lac Beauchamp</b>                                        | <b>Glissade au lac Beauchamp</b>                                                     |
| <b>23 février</b>                                    | <b>Causerie</b> – Quiz sur l'alimentation              | <b>Gestion de stress</b>                                                | <b>Nutrition – Quiz L'alimentation et la cuisine</b>                                 |
| <b>24 février</b>                                    | <b>Causerie</b>                                        | <b>Questionnaire sur le sport</b>                                       | <b>Olympiade   rally</b>                                                             |

Veuillez S.V.P. nous informer dès que possible lorsque vous prévoyez vous absenter du programme, au (819) 669-6219, poste 218.