

PROGRAMMATION DU PRINTEMPS

AVRIL À JUIN 2023

Descriptif des activités du Centre de jour



Pour nous joindre

Centre de jour

305 rue Dufferin
Téléphone : 819-565-1225
Télécopieur : 819-565-5192
Courriel : lacordee@lacordeerasm.org

Atelier de travail créatif

46 rue Wellington Nord (pas de boîte postale)
Téléphone : 819-565-0755
Télécopieur : 819-565-4853
Courriel : atelier@lacordeerasm.org



Mot de l'équipe

Le printemps est à nos portes! Qui dit printemps dit, renouveau, renaissance, floraison... Avec le comité programmation, nous avons travaillé fort pour concocter une belle variété d'activités. Nous souhaitons que tous.tes puissent trouver une opportunité d'implication et d'épanouissement. Plusieurs moments seront importants dans cette programmation : la **semaine de la santé mentale** 2023, notre **assemblée générale annuelle**, la **journée de la Terre** et **quelques nouveautés!** Vous êtes les bienvenus!

Ce qui nous unis : notre mission!

La Cordée, ressource alternative en santé mentale, accueille et soutient les personnes vivant des réalités liées à la santé mentale ou d'ordre émotionnel. Avec une approche alternative et communautaire, l'organisme offre aux personnes qu'elle soutient, des lieux d'appartenance et différents types d'interventions favorisant: l'inclusion sociale, le renforcement des liens, l'entraide, la participation citoyenne, ainsi que le soutien communautaire. Nos actions, qu'elles soient de l'ordre de la promotion en santé mentale ou de l'accompagnement, visent l'autonomie, la construction identitaire et l'acquisition de nouvelles compétences.

Nouveauté : l'Espace opportunité!

Voilà une belle opportunité! Pour répondre à des besoins de souplesse et de créativité au niveau de la programmation nommés lors des précédentes consultations avec la co-direction, un espace « libre » est proposé les mercredis après-midi. Il s'agit donc d'un espace qui peut être investi de façon ponctuelle et unique (possible d'occuper un seul espace à la fois) par un.e membre selon sa créativité! Par exemple, il pourrait être proposé de faire un tournoi de jeu de carte durant un après-midi. Ou encore, un groupe de discussion libre sur un thème positif. Les possibilités sont infinies! Pour faciliter la coordination et la gestion de ces moments, référez-vous à Maude, intervenante, qui pourra vous accompagner dans la mise en place de votre proposition!



Description de nos activités

Activités Par et pour

Acrylique : Venez développer votre talent en acrylique avec Steeve. Les rencontres sont les jeudis après-midi du 8, 15, 22 et 29 juin. Inscription à la réception, nombre de places limité (5) pour la série de 4 ateliers.

Aquarelle : Venez apprendre les techniques de base en aquarelle avec Sylvain. Les rencontres sont les jeudis après-midi du 11, 18, 25 mai, ainsi que le 1er juin. Inscription à la réception, nombre de places limité (4) pour la série de 4 ateliers.

Bibliothèque : Une bibliothèque / DVDthèque est disponible. Voir l'horaire près de la réception.

Choses-à-choses : Le comité environnement vous invite à venir échanger des objets inutiles pour vous, qui pourraient être utiles pour quelqu'un d'autre. Apportez vos objets dans le bac identifié la semaine même.

Comité environnement : Les enjeux environnementaux vous interpellent? Informez-vous auprès de Maude, intervenante, pour en savoir davantage!

Comité journal Le Porte-Voix : Le comité reste en action et a besoin d'être nourri de textes. Pour plus d'informations, demandez à Maude, intervenante.

Conseil des membres : Vous aimeriez voir le CM en action? Faites une demande à Jacob pour assister au conseil des membres. Les rencontres se dérouleront dans la salle Créaction, dès 10h. Nombre de places limité (4).

Création personnalisée de bijoux – NOUVEAUTÉ! : Mélanie vous accompagnera les lundis après-midi du mois de mai, de 13h30 à 15h, dans le montage de divers bijoux tels que des boucles d'oreilles, des colliers en perles de verre ou autres. Les places sont limitées, inscrivez-vous à la réception.

Écriture exploratoire : L'atelier d'écriture exploratoire s'adresse à tous ceux et celles qui veulent explorer ce médium! Pas besoin d'être un David Goudreault ! Le seul prérequis est le désir d'écrire ! Aussi, pas de censure ! Daniel vous attend à son atelier qui se tiendra les 16 et 30 mai, ainsi que les 13 et 20 juin.

Introduction à la guitare – NOUVEAUTÉ! : Alain vous montrera les bases de la guitare ainsi que les accords les plus importants. Vous pourrez également l'accompagner dans ses chansons rétro, western ou pop si le cœur vous en dit ! On vous attend au boudoir de 13h15 à 14h15 les jeudis après-midi du mois d'avril.

Journée citoyenne : Vous vous sentez concerné par des enjeux citoyens? Venez-vous informer, réfléchir et vous mobiliser avec nous le 25 avril, 23 mai et le 27 juin, dans la grande salle, de 10h à 15h. Le dîner vous est offert si vous êtes inscrit à la réception, au plus tard le vendredi précédant une journée citoyenne, avant 16h (pour prévoir la quantité de nourriture).

Tête-à-tête avec le CM : Moment d'échanges et de discussions avec votre conseil des membres. La date est à valider. La rencontre se tiendra dans la salle Le Petit Bistro. Venez en grand nombre!

Tricot : Annie vous attendra les lundis après-midi d'avril (sauf le 10 avril) et de juin pour vous enseigner les rudiments du tricot dans la salle Créaction. Inscription à la réception, nombre de places limité (5) par période proposée.

Ateliers de croissance

Atelier de couture – NOUVEAUTÉ! : Animé par Jean-François, série de 4 ateliers pour apprendre les bases de la couture, qui auront lieu à l'Atelier de travail créatif (46 rue Wellington Nord), de 13h30 à 15h30, les lundis 29 mai et 5, 12 et 19 juin. Nombre de places limitées et inscription requise!

Ateliers thématiques : Animés en rotation par l'équipe en intervention, différents thèmes sont proposés au fil des semaines. Un thème en particulier vous intéresse? Vous n'avez qu'à vous présenter! Les rencontres se tiendront au rez-de-chaussée (Salle Petit Bistro) et ne demande aucune inscription. Les mardis après-midi, après la semaine de la santé mentale!

Chorale : Animé par Adèle, venez déployer vos cordes vocales et en apprendre un peu plus sur les techniques de chant. Les ateliers auront lieu les mardis après-midi, de 13h30 à 15h, au Centre de jour, dans la salle Petit Bistro. Pour plus d'information, demandez à Adèle.

Mieux-vivre avec ses voix : Animé par Nicolas et Nathalie, cet atelier fermé (sur inscription seulement), permet d'échanger et de s'outiller pour mieux comprendre et composer avec son expérience de voix. Pour plus d'information, demander à Nathalie.

Activités de loisirs et milieux de vie

Accès au 2^{ème} étage : Puisque la salle Petit Bistro sera probablement bien occupée lors de ces périodes, nous rendons disponibles les salles du 2^{ème} étage, soit Le Boudoir ainsi que l'Aquarium. **À noter qu'il n'y aura aucune disponibilité en intervention (pour des rencontres ou besoins ponctuels)** lors de ces périodes.

Activité de B.D. : Échange convivial autour de collections de B.D. préférées afin de la faire découvrir aux autres participants.tes. Voir Éric pour les détails.

Activité de Pâques : Durant la semaine de Pâques, venez nous aider à décorer le mardi 11 avril en matinée. Il y aura également des activités le vendredi 14 avril pour clore cette semaine haute en couleur! Demandez à Éric pour plus d'information!

Assemblée générale annuelle 2023 : Moment important dans la vie démocratique de notre belle ressource! Vous êtes invités à venir participer à notre AGA le 22 juin prochain, dès 17h30, au Café Baobab (1551, rue Dunant). Pour devenir membre de la corporation (qui permet de voter, proposer et appuyer lors des AGA), il faut en faire la demande avec le 12 mai prochain. Demander plus d'information à un.e intervenant.e.

Beach Party : arborer vos looks les plus fleuris et festifs pour une après-midi haute en couleur. Au programme : limbo, danse, création artistique et collations spéciales. Joignez-vous à nous dès 13h! Et c'est gratuit! Pour plus d'information, demander à Éric ou Adèle.

Bingo : Comment manquer ce classique mensuel à La Cordée? Coût de 2\$ par personne à prévoir et à payer sur place.

Consultation des membres : Jean-François et Danielle vous convient à un moment de consultation où nous ferons le point sur les ajustements à apporter. Cette rencontre sera le mercredi 21 juin, de 13h30 à 15h30, dans la salle Petit Bistro. Vos idées sont importantes! Au plaisir de vous y voir en grand nombre! Aucune inscription requise.

Cordée en chansons : Venez délier vos belles voix de rossignol et vibrer au rythme des meilleures chansons! Prochaine rencontre le 19 mai prochain, dès 13h30!

Dîner communautaire : Venez dégustez un bon repas en bonne compagnie, à la salle Petit Bistro. Inscription et paiement (3\$) à la réception, avant 11h le jour même. Vous êtes les bienvenus!

Dîner pizza du 6 avril : en amont du lancement qui aura lieu en après-midi, nous organisons un dîner pizza gratuit! Il faut cependant s'inscrire le jour même, à la réception, avant 11h afin de prévoir la bonne quantité de nourriture.

Espace comité : Venez nous rejoindre les jeudi AM pour les comités de travail permanent, selon vos forces et intérêts. Voilà une belle opportunité d'implication afin de nous de nous aider à développer nos beaux milieux!

Espace opportunité – NOUVEAUTÉ! : Vous avez une idée d'activité ou aimeriez partager un moment avec d'autres membres? Voici un nouvel espace dans la programmation qui vous permet de proposer une activité ponctuelle et unique pour les autres membres. Référez-vous à Maude, intervenante, pour lui parler de votre idée 😊 À noter que le milieu de vie est tout de même ouvert.

Journée de la Terre : Merveilleuse journée organisée par votre cher comité environnement pour souligner le jour de la terre (22 avril 2023)! Au programme, présentation sur la réduction de l'empreinte écologique, corvée nettoyage des alentours et on clôt la journée avec mise en terre d'un petit arbre.

Lancement de la programmation – NOUVEAUTÉ! : Dans une ambiance plaisante et conviviale, vous êtes invités à venir découvrir notre programmation printanière! Ce sera un beau moment pour s'informer et questionner sur cette programmation qui se tiendra d'avril à juin. Un dîner pizza est offert gratuitement si votre inscription est faite avant 11h (voir « Dîner pizza du 6 avril »).

Lunch et jassettes : Apportez votre lunch et venez dîner avec nous, les jeudis midi, à la salle Petit Bistro. Discussions, convivialité et plaisir seront au rendez-vous!

Milieu de vie ouvert : Vous désirez boire un café en bonne compagnie? Avoir des jassettes intéressantes? Jouer à un jeu de société enlevant? Vous êtes les bienvenus dans notre beau milieu de vie de 9h à 12h le matin, et de 13h à 16h en après-midi.

Semaine de la santé mentale 2023 : Entre le 1^{er} et le 5 mai, La Cordée offre une programmation haute en couleurs autour du thème : Faire entendre sa voix! Ainsi, notre programmation régulière sera suspendue pour laisser place à cette semaine spéciale. Un évènement différent à chaque jour, accessible à nos membres. Voir le feuillet spécial pour l'occasion 😊

Soupe ou salade repas : Venez déguster une soupe ou une salade réconfortante, à la salle Petit Bistro. Inscription et paiement (1,50\$) à la réception, avant 11h le jour même.

Symposium : Lors de ces journées (2^{ème} symposium le jeudi 8 juin), nous invitons les membres de la ressource à nous rejoindre pour la présentation des travaux faits par les différents comités, nourrir nos réflexions et avoir un impact direct sur les orientations de notre ressource. Détail à venir.

Congés et fermetures prévues

Le 7 et le 10 avril : congés fériés du Vendredi Saint et du Lundi de Pâques.

Du 1^{er} mai au 4 mai : suspension des services réguliers pour notre programmation SSM 2023!

Le 22 mai : congé férié des Patriotes.

Le 23 et 30 juin : congés fériés pour la Fête de la St-Jean et pour la Fête du Canada.

Sommaire pour le mois d'avril 2023

Pour le détail des activités, référez-vous au descriptif des activités

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>3</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Tricot</p>	<p>4</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Chorale</p>	<p>5</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Milieu de vie ouvert</p>	<p>6</p> <p>AM : Espace comité (promo) + Accès au 2^{ème} étage Midi : dîner pizza (inscription avant 11h!) PM : Nouveauté! - Lancement de la programmation du printemps</p>	<p>7</p> <p>Fermé Vendredi saint</p>
<p>10</p> <p>Fermé Lundi de Pâques</p>	<p>11</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert + Déco de Pâques et surprises! Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Chorale Soir : Souper – Conseil des membres</p>	<p>12</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix</p>	<p>13</p> <p>AM : Espace comité (clinique) + Accès au 2^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Introduction à la guitare</p>	<p>14</p> <p>Journée pour souligner la fête de Pâques AM : Milieu de vie ouvert + Activités de Pâques Midi : Dîner communautaire (3\$) PM : Milieu de vie ouvert + Bingo de Pâques (2\$)</p>
<p>17</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Tricot</p>	<p>18</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert + Activité de B.D. Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Chorale</p>	<p>19</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix</p>	<p>20</p> <p>AM : Espace comité (pol. int.) + Accès au 2^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Introduction à la guitare</p>	<p>21</p> <p>Journée de la Terre – Programmation spéciale AM : conférence sur les 7R Midi : dîner communautaire (3\$) PM : corvée / nettoyage et projet de plantation</p>
<p>24</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Tricot</p>	<p>25</p> <p>Journée citoyenne</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ouvert à tous.tes ▪ Dîner gratuit (inscription requise avant le 21 avril) ▪ Au Centre de jour, de 10h à 15h 	<p>26</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix</p>	<p>27</p> <p>AM : Espace comité (fermé) + Accès au 1^{er} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Introduction à la guitare</p>	<p>28</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) + fêtes du mois PM : Milieu de vie ouvert</p>

Sommaire pour le mois de mai 2023

Pour le détail des activités, référez-vous au descriptif des activités

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1^{er} mai	2	3	4	5
Programmation spéciale de la semaine de la santé mentale 2023 (pour tous les détails, référez-vous à la programmation spéciale SSM 2023 😊)				
Conférence de presse <i>En après-midi, venez assister et poser vos questions!</i>	Portes ouvertes <i>Venez visiter nos beaux milieux entre 9h et 16h</i>	Spectacle de la chorale <i>En soirée, venez écouter notre chorale avec vos oreilles et votre cœur!</i>	Souper communautaire <i>Venez partager un bon souper tout en ayant de belles jasettes!</i>	AM : Milieu de vie ouvert + Groupe d'échange : comment ma santé mentale m'a fait grandir Midi : Dîner communautaire (3\$) PM : Beach Party! 🌞 Soirée : SSM 2023 - Soirée DSM
8 AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Création personnalisée de bijoux	9 AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Conseil des membres Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2 ^{ème} étage + Atelier thématique : La sexualité à travers l'âge	10 AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix	11 AM : Espace comité (financ.) + Accès au 2 ^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Aquarelle	12 AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) PM : Milieu de vie ouvert + Bingo (2\$) <i>Date limite pour devenir membre de la corporation (demander de l'info à l'équipe)</i>
15 AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Création personnalisée de bijoux	16 AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Écriture exploratoire Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2 ^{ème} étage + Atelier thématique : Gestion du stress et de l'anxiété	17 AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix	18 AM : Espace comité (promo.) + Accès au 2 ^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Aquarelle	19 Journée choses-à-choses AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) PM : Milieu de vie ouvert
22 Fermé Fête des Patriotes	23 Journée citoyenne ▪ Ouvert à tous.tes ▪ Dîner gratuit (inscription requise avant le 17 février) ▪ Au Centre de jour, de 10h à 15h	24 AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix	25 AM : Espace comité (prog.) + Accès au 2 ^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Aquarelle	26 AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) + fêtes du mois PM : Milieu de vie ouvert + Cordée en chansons
29 AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Création personnalisée de bijoux ATC : atelier de couture	30 AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Écriture exploratoire Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2 ^{ème} étage + Atelier thématique : stigmatisation en santé mentale	31 AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix	1^{er} juin AM : Espace comité (clinique) + Accès au 2 ^{ème} étage Midi : lunch et jasettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Aquarelle	2 juin AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Planification Midi : Dîner communautaire (3\$) PM : Milieu de vie ouvert + Loisirs – Quilles (13h30 au salon de quilles, Centre multiloisirs de Sherbrooke, 8 places sur inscription, 1\$)

Sommaire pour le mois de juin 2023

Pour le détail des activités, référez-vous au descriptif des activités

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>5</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Création personnalisée de bijoux ATC : atelier de couture</p>	<p>6</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Conseil des membres Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Atelier thématique : qualité du sommeil</p>	<p>7</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix</p>	<p>8</p> <p>Symposium</p> <p><i>Un moment pour mettre en commun le travail accompli!</i></p> <p><i>Les détails sont à venir! Informez-vous à la réception.</i></p>	<p>9</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) + Fêtés du mois! PM : Milieu de vie ouvert + On réfléchi notre été!</p>
<p>12</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Tricot ATC : atelier de couture</p>	<p>13</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Écriture exploratoire Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Atelier thématique : non-verbal et les impacts</p>	<p>14</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité + Atelier Mieux vivre avec les voix</p>	<p>15</p> <p>AM : Espace comité (pol.int.) + Accès au 2^{ème} étage Midi : lunch et jassettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Acrylique</p>	<p>16</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert Midi : Dîner communautaire (3\$) + Fêtés du mois! PM : Milieu de vie ouvert + Bingo (2\$)</p>
<p>19</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Tricot ATC : atelier de couture</p>	<p>20</p> <p>AM : Milieu de vie ouvert + Écriture exploratoire Midi : Soupe ou salade repas (1,50\$) PM : Accès au 2^{ème} étage + Atelier thématique : discrimination raciale</p>	<p>21</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Consultation des membres avec la co-direction 😊</p>	<p>22</p> <p>AM : Espace comité (fermé) + Accès au 2^{ème} étage Midi : lunch et jassettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Acrylique Soir : Assemblée générale annuelle 2023!</p>	<p>23</p> <p>Fermé Fête de la St-Jean</p>
<p>26</p> <p>AM : Sur RDV seulement PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour - Tricot</p>	<p>27</p> <p>Journée citoyenne</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ouvert à tous.tes ▪ Dîner gratuit (inscription requise avant le 17 février) ▪ Au Centre de jour, de 10h à 15h 	<p>28</p> <p>AM : Réunion d'équipe (fermé) PM : Espace opportunité</p>	<p>29</p> <p>AM : Espace comité (promo.) + Accès au 2^{ème} étage Midi : lunch et jassettes! PM : Milieu de vie ouvert + Par et pour – Acrylique</p>	<p>30</p> <p>Fermé Fête du Canada</p>



SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE 2023
DU 1 AU 5 MAI 2023

faire entendre sa voix!



PROGRAMMATION SPÉCIALE 2023

lundi

1^{er} mai 2023

CONFÉRENCE DE PRESSE

Pour le lancement de cette programmation et plus encore!

Où?

Centre de jour
(305 rue Dufferin)

De 13h30 à 14h30

Qui?

Membres, communauté,
partenaires et médias

mardi

2 mai 2023

NOS PORTES OUVERTES

Venez visiter nos milieux afin d'en apprendre plus!

Où?

Centre de jour
(305 rue Dufferin)
Atelier de travail créatif
(46 rue Wellington Nord)

De 9h00 à 16h00

Qui?

Membres, communauté,
proches et partenaires

mercredi

3 mai 2023

SPECTACLE DE NOTRE CHORALE

Un spectacle où les voix se délient pour le plaisir de vos oreilles.

Où?

La Petite Boîte Noire
(58 rue Meadow)

Ouverture des portes à 18h30, spectacle à 19h

Qui?

Membres, communauté,
proches et partenaires

Contribution suggérée de 5\$ sur place

jeudi

4 mai 2023

SOUPER COMMUNAUTAIRE

Notre ressource ouvre ses portes pour partager un bon repas et de belles jasettes!

Où?

Centre de jour
(305 rue Dufferin)

De 15h30 à 19h30

Qui?

Membres, communauté,
proches et partenaires

vendredi

5 mai 2023

SOIRÉE DÉMYSTIFICATION SANTÉ MENTALE

Venez jaser santé mentale sans tabou afin de conclure cette semaine haute en couleur!

Où?

Café Baobab
(1551 rue Dunant)

De 18h30 à 20h30

Qui?

Membres, communauté,
proches et partenaires

POUR PLUS D'INFORMATIONS **819-565-1225**



←
NOTRE SITE INTERNET



←
FACEBOOK