



Description de la programmation du Tournesol Du mois de Juin 2017



Espace Alternatif

Tous les lundis du mois 13h00 à 16h00
Voici une activité qui a pour but de vous permettre de parler de vos préoccupations en lien avec la santé mentale et des solutions qui s'y rattachent.

Chorale du Tournesol

Tous les mardis du mois 10h00 à 11h30
Dans une ambiance de plaisir et de détente, venez faire des exercices du souffle, de la voix et chanter des chansons pour le bien-être que cela apporte. Accessible à tous, vous pouvez vous joindre à nous en tout temps.

Activités libres

Jeudi le 1^{er} Juin 13h00 à 16h00
C'est une occasion de venir prendre un café, de discuter ou de faire une activité de votre choix dans une ambiance relaxe.

Dîner pizza et programmation

Vendredi le 2 juin 12h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 4,00\$
Un dîner communautaire en bonne compagnie pour déguster de la pizza suivie de la création de l'horaire pour le mois de juillet. *Pour le dîner, j'apporte mon breuvage.

Créativité

Mardi le 6 juin 13h00 à 16h00
Un moment privilégié afin de développer son cerveau droit, sa créativité, l'expression de son ressenti et d'être dans le moment présent. Aucun talent requis.

DVD popcorn

Mercredi le 7 juin 13h00 à 16h00
C'est une occasion de regarder un film ensemble au Tournesol en dégustant du popcorn.

Le Vieux Palais de Justice

Jeudi le 8 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 2,00\$
Venez découvrir un lieu historique passionnant avec l'aide d'un guide dynamique le vieux palais de justice de L'Assomption.

Quilles

Vendredi le 9 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 4,50\$
Venez célébrer vos bons coups avec nous aux Quilles G Plus à Repentigny.

Rencontre régionale de l'IMPACT

Mardi le 13 juin 9h00 à 15h30
Je m'inscris et je participe
Venez participer à la 25^{ème} rencontre régionale de L'IMPACT. Cet organisme est le regroupement des personnes utilisatrices de services en santé mentale de Lanaudière et vous informera sur la primauté de la personne dans le plan d'action en santé mentale 2015-2020.



Le Tournesol en chanson

Mercredi le 14 juin 13h00 à 16h00
Venez chanter vos chansons coup de cœur ! Aucun talent requis ! Seulement le plaisir de chanter !

Marche à Pointe-aux-Prairies

Jeudi le 15 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe
Marchons ensemble dans les sentiers boisés de Pointe-aux-Prairies afin de retrouver le calme de la nature.

Tournesol entre nous

Vendredi le 16 juin 13h00 à 16h00
Une activité pour en apprendre davantage sur le Tournesol et toute l'actualité qui l'entoure.

Cinéma triomphe

Mardi le 20 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
Une occasion de voir un film récent en bonne compagnie.



Assemblée générale annuelle Centre à Nous, 50 rue Thouin, Salle Jacques-Parent

Mercredi le 21 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe
Vous êtes conviés dès 13h00 à l'assemblée générale du Tournesol de la Rive-Nord afin de vivre ensemble cette démocratie que nous prônons. Un goûter sera servi!

Fête de la St-Jean

Jeudi le 22 juin 12h00 à 16h00
Venez fêter la St-Jean Baptiste avec nous et **apportez votre lunch!** Musique, jeux et plaisir seront au rendez-vous!

La guerre des clans

Mardi le 27 juin 13h00 à 16h00
Venez vous amuser avec le jeu de société issu de la populaire émission de télévision. Saurez-vous deviner les réponses les plus populaires des Québécois ?

Peinture sur bois

Mercredi le 28 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
À partir d'une pièce en bois qui vous sera fournie, vous pourrez exprimer votre créativité afin de créer une œuvre unique à l'aide de peinture acrylique et de vernis.

Bingo

Jeudi le 29 juin 13h00 à 16h00
Joignez-vous à nous pour jouer au bingo. Il y aura des prix à gagner et la compagnie est agréable !