



Description de la programmation du Tournesol Du mois de Juillet 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.

Créativité

Mardi le 4 juillet 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.

Havre familial

Mercredi le 5 juillet 10h à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 7,00\$
Situé à Ste-Béatrix, le Havre Familial est un centre de plein air où il y a plusieurs activités pour tous les goûts (baignade, canot, pédalo, kayak, sentiers de marche, volley-ball, badminton etc.). ***Apportez votre lunch***

Dîner communautaire et programmation

Jeudi le 6 juillet 12h00 à 16h00
J'apporte mon lunch
Une occasion de dîner tous ensemble avant de planifier l'horaire des vacances du Tournesol. Même si nous sommes fermés, vous pourrez vous rencontrer et faire des activités estivales que vous aurez décidées ensemble.

Quilles

Vendredi le 7 juillet 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.

Café rencontre

Mardi le 11 juillet 13h00 à 16h00
Le sujet abordé sera : « Mes projets de vacances ». Comment allez-vous occuper votre temps durant la fermeture du Tournesol ? Comment les membres du groupe d'entraide peuvent se supporter entre eux durant ces 3 semaines ?

Cueillette de fraises

Mercredi le 12 juillet 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : votre panier
Venez cueillir vos fraises à la Ferme Cormier de L'Assomption avec nous. Apportez-vous une collation, table à pique-nique sur place.

Fais-moi un dessin

Jeudi le 13 juillet 13h00 à 16h00
Venez vous amuser avec nous en jouant à ce célèbre jeu des années 80.

Bingo

Vendredi le 14 juillet 13h00 à 16h00
Joignez-vous à nous pour jouer au bingo. Il y aura des prix à gagner et la compagnie est agréable !

Cinéma Triomphe

Mardi le 18 juillet 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
Une occasion de voir un film récent en bonne compagnie.

Marche et pique-nique

Jeudi le 15 juin 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe
Apportez votre lunch et venez marcher avec nous à l'île Lebel. Vous pouvez apporter de l'argent pour manger un cornet de crème glacée si vous le désirez à la crèmerie par la suite.

Le Tournesol en chanson

Jeudi le 20 juillet 13h00 à 16h00
Venez chanter vos chansons coup de cœur ! Aucun talent requis ! Seulement le plaisir de chanter !

Dîner champêtre

Vendredi le 21 juillet 12h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 2,00\$
Venez participer à ce sympathique rassemblement afin d'échanger les vœux de bonnes vacances. Au plaisir de vous y rencontrer !



De retour le 14 août

