



Description de la programmation du Tournesol de la Rive-Nord Février 2018

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 11h45
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 et/ou jeux de société

Le jeudi 1 février 13h00 à 16h00
C'est une après-midi de jeux entre amis ou en groupe où bien sûr il n'y a pas de compétition... Bienvenue aux joueurs!

PFK et programmation

Le vendredi 2 février 12h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
Qu'est-ce qu'on mange ? Vous aurez 4 choix. Nous allons chercher du poulet pour dîner. Ensuite on va préparer le mois de mars tous ensemble avec la programmation.

Café Rencontre

Le mardi 6 février 13h00 à 16h00
Le thème abordé par l'animateur sera en lien avec la «Semaine de prévention du suicide» pour nous permettre d'échanger et mieux comprendre certains aspects de ce geste malheureux.

Créativité

Le mercredi 7 février 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.

La cuisine aux micro-ondes

Le jeudi 8 février 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
Se faire quelques repas et le plaisir de le faire ensemble, c'est ce qui se vit quand on participe à la cuisine aux micro-ondes. « Apporter vos contenants ».



Le vendredi 9 février 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,50\$
Un animateur expérimenté et passionné, accompagné d'une douzaine de reptiles ; mygales, scorpions, amphibiens, tortues, lézards et serpents de différentes grosseurs et de différentes espèces, qui sauront captiver tout type d'auditoire. En plus d'un alligator, cet animal préhistorique très méconnu, pour la plus grande joie de tous.

Cinéma

Le mardi 13 février 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$
Une occasion de voir un film récent en bonne compagnie!

Party de St-Valentin

Le mercredi 14 février 12h00 à 16h00
Apportez votre lunch et venez dîner aux chandelles avec nous. Surprises, activités thématiques, chocolat et plaisir seront au rendez-vous. Une touche de rouge !!

Formation Préjugés, discrimination et stéréotypes

Le jeudi 15 février 9h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Dîner inclus
Cette formation a pour but de permettre aux participants de réaliser l'importance de l'emprise des préjugés, de la discrimination et des stéréotypes dans leur vie personnelle et professionnelle. Elle vise aussi à démystifier les concepts liés au monde de l'abus et de l'exclusion.

Quilles

Le vendredi 16 février 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 4,50\$
Venez vous amuser et célébrer vos bons coups avec nous aux Quilles G Plus à Repentigny.

Café Rencontre

Le mardi 20 février 13h00 à 16h00
Un thème est abordé par un animateur pour nous permettre d'échanger et mieux comprendre certains aspects de notre vie.

Le Tournesol entre nous

Le mercredi 21 février 13h00 à 16h00
Une activité pour en apprendre plus sur le Tournesol et toute l'actualité qui l'entoure.

Le Tournesol en chanson

Le jeudi 22 février 13h00 à 16h00
Venez chanter vos chansons coup de cœur ! Aucun talent requis ! Seulement le plaisir de chanter !



Bingo

Le vendredi 23 février 13h00 à 16h00
Joignez-vous à nous pour jouer au bingo. Il y aura des prix à gagner et la compagnie est agréable !

Jeux de Gabrielle

Le jeudi 27 février 13h00 à 16h00
C'est une après-midi de jeux de logique préparé par notre intervenante pour le plaisir de jouer entre amis ou en groupe où bien sûr il n'y a pas de compétition... Bienvenue aux joueurs!

DVD-Popcorn

Le mercredi 28 février 13h00 à 16h00
Venez vous détendre et vivre le moment présent en écoutant un film d'action, de suspense ou d'humour.

La cuisine collective

Le mercredi 28 février 13h00 à 16h00
Je m'inscris et je participe Coût : 4,00\$
« Apporter vos contenants »