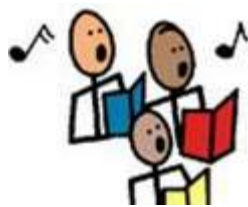




Le Tournesol de la Rive-Nord
222, rue Notre-Dame, Repentigny (Qc) J6A 2R2 Tél.: 450 657-1608

PROGRAMMATION DU MOIS DE NOVEMBRE 2018						
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1 Formation 2/3 « Le Pouvoir du changement » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	2 Capitaine Nicolas 12h00 à 13h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Remise de 4.00\$ Programmation 13h00 à 16h00	3
4	5 Espace Alternatif 13h00 à 16h00 	6 Cinéma 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : 3.00\$ 	7 5/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	8 Formation 3/3 « Le Pouvoir du changement » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	9 Marche extérieur 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	10 
11 	12 Espace Alternatif 13h00 à 16h00 	13 Activités libres 13h00 à 16h00	14 6/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	15 Formation 1/4 « Stress et anxiété » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	16 Quilles 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : 4.50\$ 	17
18 19 novembre 	19 Espace Alternatif 13h00 à 16h00 	20 Atelier de Créativité 13h00 à 16h00	21 7/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	22 Formation 2/4 « Stress et anxiété » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	23 Jeux expressifs 13h00 à 16h00	24
25	26 Espace Alternatif 13h00 à 16h00 	27 Billard 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : votre consommation	28 8/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	29 Formation 3/4 « Stress et anxiété » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	30  13h00 à 16h00	



La Chorale du Tournesol tous les mardis de 10h00 à 11h45

N'oubliez pas de réserver vos transports 24h à l'avance au service bénévole (450)581-5033

Veillez prendre note que les activités marquées « Je m'inscris » impliquent

- 1) D'être inscrit sur la liste de l'activité, 2) D'avoir payé au moins 2 jours à l'avance, 3) Notez que les activités débutent à 13h30