



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

PROGRAMMATION DU MOIS DE DÉCEMBRE 2018

| Dimanche | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|--|---|--|--|---|---|---|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 Espace Alternatif 13h00 à 16h00  | 4 Échange de cadeaux 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : 5.00\$ Déco de Noël Activités libres | 5 9/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 6 Formation 3/4 « Stress et anxiété » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 7 Dîner Apporter votre lunch 12h00 à 13h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Programmation 13h00 à 16h00 | 8  |
| 9  | 10 Espace Alternatif 13h00 à 16h00  | 11 Atelier de Créativité 13h00 à 16h00 | 12 10 /12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 13 Formation 4/4 « Stress et anxiété » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 14 Discussion-Partage 13h00 à 16h00 | 15 |
| 16 | 17 Espace Alternatif 13h00 à 16h00  | 18  Cinéma 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : 3.00\$ | 19 11/12 « Moi et ma santé mentale, par la qualité de mes relations » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 20 Dîner et party de Noël 12h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Coût : 15,00\$ <i>Transport inclus</i> | 21  De Noël 13h00 à 16h00 | 22  |
| 23  | 24 FERMÉ | 25 FERMÉ | 26 FERMÉ | 27 FERMÉ | 28 FERMÉ | 29 |

VACANCES DES FÊTES



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

N'oubliez pas de réserver vos transports **avant 15 h le jeudi de la semaine précédente** au service bénévole (450)581-5033
 Veuillez 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