



Description de la programmation du Tournesol de la Rive-Nord Mai 2019

Musicographie

Les mardis 30 avril, 7 et 14 mai 18h00 à 21h00

Je m'inscris et je participe

Venez vivre des moments magiques avec François Babin et Véronique Mayer. Nous allons écrire paroles et musique d'une chanson pour notre Tournesol qui sera présentée lors du Rock Fest à L'Épiphanie en août.

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.

Yoga adapté

Les mercredis 1 et 22 mai 13h00 à 14h30

Je m'inscris et je participe contribution volontaire

La préservation du bien-être des personnes auxquelles nous enseignons est notre priorité. Nous vous guidons vers une pratique du yoga où le respect du corps, de l'âme et de l'esprit règne.

Activités libres

Les mercredis 1 et 22 mai 14h30 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.

Créativité

Le jeudi 2 mai 13h00 à 16h00

Venez développer votre créativité et vivre le moment présent en créant une murale de fleurs collective.

Score's et programmation

Le vendredi 3 mai 12h00 à 13h00

Je m'inscris et je participe remise : 4.00\$

Un bon dîner en bonne compagnie au nouveau Score's de Repentigny. Ensuite on va préparer le mois de juin tous ensemble avec la programmation.

Créativité

Le mardi 7 mai 13h00 à 16h00

Venez développer votre créativité et vivre le moment présent en réalisant des cartes pour la fête des mères.

Fais-moi un dessin

Le mercredi 8 mai 13h00 à 16h00

Pas besoin de savoir dessiner pour participer, il suffit d'essayer de faire deviner ce qu'on dessine. Venez vous amuser avec nous.

Café Rencontre

Le jeudi 9 mai 13h00 à 16h00

Un thème est abordé par un animateur pour nous permettre d'échanger et mieux comprendre certains aspects de notre vie.

DVD Popcorn

Le vendredi 10 mai 13h00 à 16h00

Dans notre salle d'activité, nous allons écouter un film qui plaira à tous tout en dégustant du popcorn au beurre. On vous attend !

Cinéma

Le mardi 14 mai 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe

Coût : \$3.00

Venez voir un bon film en bonne compagnie.

Planétarium

Le mercredi 15 mai 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe

Coût : \$10.00

Nous allons vivre une expérience inoubliable avec l'univers au Planétarium.

Le Tournesol en chanson

Le jeudi 16 mai 13h00 à 16h00

Venez chanter vos chansons coup de cœur ! Aucun talent requis ! Seulement le plaisir de chanter !

Quilles

Le vendredi 17 mai 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe

Coût : 4.50\$

Venez vous amuser aux Quilles G Plus avec nous. Plaisir et esprit d'équipe seront au rendez-vous !

Discussion-partage

Le mardi 21 mai 13h00 à 16h00

Un thème choisi par tous pour nous permettre d'échanger et mieux comprendre certains aspects de notre vie.

Activités libres

Le jeudi 23 mai 13h00 à 16h00

C'est un après-midi de jeux entre amis ou en groupe où bien sûr il n'y a pas de compétition... Bienvenue aux joueurs.

Bingo

Le vendredi 24 mai 13h00 à 16h00

Joignez-vous à nous pour jouer au bingo. Il y aura des prix à gagner et la compagnie est agréable !

Marche extérieur et crème glacée

Le jeudi 25 mai 13h00 à 16h00

Une petite marche de santé au Parc de l'Île Lebel, ensuite on se gâte avec de la crème glacée.

Café Rencontre

Le mercredi 29 mai 13h00 à 16h00

Un thème est abordé par un animateur pour nous permettre d'échanger et mieux comprendre certains aspects de notre vie.

Brin de jasette

Le jeudi 30 mai 13h00 à 16h00

Répondre à des questions d'intérêt général.

Activités libres

Le vendredi 31 mai 13h00 à 16h00

C'est un après-midi de jeux entre amis ou en groupe où bien sûr il n'y a pas de compétition... Bienvenue aux joueurs.

Dates importantes en rafale

Semaine de la santé mentale du 5 au 11 mai
Rencontre régionale de l'IMPACT le 27 mai



Sans oublier la chorale du mardi matin