



Description de la programmation du Tournesol Du mois de septembre 2019



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.

Activités libres

Le mardi 3 septembre 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.

Méditation

Le mercredi 4 septembre 13h00 à 16h00

C'est un moment pour se déposer, pour revenir à soi et retrouver le calme et la paix de l'esprit.

Discussion-partage

Le jeudi 5 septembre 13h00 à 16h00

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

Dîner Benny et programmation

Le vendredi 6 septembre 12h00 à 13h00

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

Venez dîner avec nous, nous allons chercher du Benny et par la suite, venez donner vos idées et bâtir avec nous l'horaire d'octobre.

Activités libres

Le mardi 10 septembre 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.

Café rencontre

Le mercredi 11 septembre 13h00 à 16h00

Un thème est proposé par un intervenant puis nous discutons ensemble afin de mieux comprendre certains aspects de notre vie.

Yoga adapté

Le jeudi 12 septembre 13h00 à 14h30

Je m'inscris et je participe Coût : 2.00\$

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.

Fais-moi un dessin

Le vendredi 13 septembre 13h00 à 16h00

Une belle journée pour mettre nos talents de dessinateur à l'honneur. Venez nous aider à trouver la signification des dessins.

Cinéma Triomphe

Le mardi 17 septembre 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe Coût : 3,00\$

Une occasion de voir un film récent en bonne compagnie.

Activités libres

Le mercredi 18 septembre 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.

Chasse aux trésors

Le jeudi 19 septembre 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe

Venez vous amuser et participer à une chasse aux trésors autour du Tournesol.

Quilles G Plus

Le vendredi 20 septembre 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.

Créativité

Le mardi 24 septembre 13h00 à 16h00

Je m'inscris et je participe

À l'aide de matériaux artistiques, venez développer votre créativité avec nous. Aucun talent en art n'est requis, seul le désir de s'amuser et de vivre le moment présent est requis.

Activités libres

Le mercredi 25 septembre 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.



Cueillette de pommes

Le jeudi 26 septembre 10h30 à 16h00

Je m'inscris et je participe Coût : votre sac

La belle période des pommes est de retour ! Apportez votre lunch et venez cueillir vos fruits avec nous à Cueillette 640, situé à Saint-Joseph-du-Lac.



Le vendredi 27 septembre 13h00 à 16h00

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