



Description de la programmation du Tournesol Du mois d'août 2026

Les Retrouvailles

Le lundi 10 13h00 à 16h00
Venez nous raconter comment ont été vos vacances et retrouvez les copains pour un bel après-midi.

Cirque & pique-nique

Le mardi 11 10h30 à 16h00
Spectacle de cirque & pique-nique au Parc Jean-Claude Crevier. Spectacle théâtre, jonglerie, clownerie & acrobaties. Apportez votre sandwich, bouteille d'eau, votre chapeau et votre chaise.

Marche aux Sentiers de la Presqu'île

Le mercredi 12 13h00 à 16h00
Un bol de plein air pour l'esprit, de l'exercice pour le corps. Une invitation à marcher dans les plus beaux sentiers de la région.

* Midi-Musique

Le 13, 20 & 27 août 11h30 à 13h00
Un dîner sous le charme de belles interprétations au préau du Centre D'Art Diane-Dufresne. **Apportez votre sandwich, casquette, chaise et une bouteille d'eau.** Le Tournesol est fermé de 11h30 à 13h00, retour au 294 pour les activités en après-midi. **Le 20, nous restons sur place pour Roze Gazon.**

Jeux extérieurs

Le jeudi 13 13h00 à 16h00
Petit après-midi de jeux entre membres à l'extérieur. Plaisir garanti.

Tournesol en chanson

Le vendredi 14 13h00 à 16h00
Quelle chanson vous fera plaisir? Venez chanter avec nous.

Atelier santé mentale

Le lundi 17 13h00 à 16h00
Troubles psychotiques. Nous allons démystifier les différents types de troubles psychotiques.

Billard au Sheva's

Le mardi 18 13h00 à 16h00
Oui, ça fait longtemps. Venez jouer au billard avec nous. Coût : Une consommation non-alcoolisée.

Cinéma Triomphe

Le mercredi 19 13h00 à 16h00
Quel film irons-nous voir? Une nouveauté bien entendu.

Rose Gazon

Le jeudi 20 13h30 à 15h30
Festival présentant des œuvres numériques flamboyantes et d'extravagantes performances d'arts vivants. Quelques kiosques à voir.

Préparation du dîner collectif

Le vendredi 21 9h45 à 13h00
Option 1 : Nous cuisinons un bon repas que nous mangeons tous ensemble. **Coût : 6,00\$. Max. 5.**

Dîner collectif

Le vendredi 21 12h00 à 13h00
Option 2 : Venez manger un repas santé cuisiné par les membres. **Coût : 8,00\$. Maximum de 3.**

Partage de vécus & Discussion-partage

Le lundi 24 13h00 à 16h00
Un membre va partager son vécu, ensuite nous allons partager un bel après-midi de discussion sur tous les sujets qui vous interpellent.

Quilles G-Plus

Le mardi 25 13h00 à 16h00
Des parties de quilles entre amis du Tournesol. Rien de sérieux juste du plaisir. Coût : 5,00\$

Bingo

Le mercredi 26 13h00 à 16h00
Venez jouer au bingo et passer une belle après-midi d'amusement quelques beaux prix à gagner.

Tournoi - Jeu de poches

Le jeudi 27 13h00 à 16h00
On en profite dehors-jeu de poches. Une petite compétition amicale, qui va gagner ? Qui va remporter le grand prix ?

Épluchette de blé-d'Inde & hot-dog

Le vendredi 28 11h00 à 16h00
Voici notre traditionnelle épluchette de blé-d'Inde et hot-dog. Un incontournable à ne pas manquer! Beau temps, mauvais temps. Coût : 5,00\$ **Date limite d'inscription le 21 août à 16h00.**

Mieux me connaître, mieux vivre

Le lundi 31 13h00 à 16h00
Deuxième de douze rencontre (Mon soutien motivationnel). Avoir un temps d'arrêt pour réfléchir et prendre conscience des aspects qui vont bien et aussi ceux qui vont moins bien dans ma vie que je peux améliorer avec l'aide du groupe d'entraide.

Bonnes vacances 2026
retour le 10 août