Le Tournesol de la Rive-Nord

PROGRAMMATION DU MOIS DE NOVEMBRE 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 Café Rencontre 2/2 « Aide médicale à mourir » 13h00 à 16h00	3 Les voix du Tournesol 13h00 à 16h00 *Réservé aux membres inscrits*	4 Série santé mentale 1/10 11h00 à 12h00 Cinéma Triomphe 13h00 à 16h00 Coût : 5,00$ Je m'inscris et je participe	5 Gymnastique douce 11h00 à 12h00 Activités libres 13h00 à 16h00	6 Resto-Galerie Rive-Nord 12h00 à 13h00 Remise de 5,00$ Je m'inscris et je participe Programmation 13h00 à 16h00	7
8	9 Partage de vécus & Discussion Partage 13h00 à 16h00	10 Les voix du Tournesol 13h00 à 16h00 *Réservé aux membres inscrits*	11 Série santé mentale 2/10 11h00 à 12h00 Divers Jeux en anglais 13h00 à 16h00	12 Tournoi De jeux de cartes 13h00 à 16h00	13 Quilles G-Plus 13h00 à 16h00 Coût : 5,00$ Je m'inscris et je participe	14 Tim Horton 85, Bd Brien 13h00
15	16 Café rencontre « Dia de los muertos » 13h00 à 16h00	17  Les voix du Tournesol 13h00 à 16h00 *Réservé aux membres inscrits*	18 Série santé mentale (3 & 4/10) 10h00 à 12h00 Créativité 13h00 à 16h00 Je m'inscris et je participe 	19 Gymnastique douce 11h00 à 12h00 Conférencière Caroline Lemieux Santé mentale (5/6) 13h00 à 16h00 Je m'inscris et je participe	20 Repas collectif Coût : 6,00$ 9h45 à 12h00 Dîner seulement Coût : 8,00$ 12h00 à 13h00 Je m'inscris et je participe Activités libres 13h00 à 16h00	21
22	23 Activités libres 13h00 à 16h00 	24 Les voix du Tournesol 13h00 à 16h00 *Réservé aux membres inscrits*	25 Série santé mentale 5/10 11h00 à 12h00 Brin de jasette 13h00 à 16h00	26 Tournesol en chanson 13h00 à 16h00	27  BINGO 13h00 à 16h00	28 Tim Horton 85, Bd Brien 13h00
29	30 Mon suivi- Mon bien-être 13h00 à 16h00	1 Les voix du Tournesol 13h00 à 16h00 *Réservé aux membres inscrits*	Novembre efface la lumière et dépouille les arbres. Il invite à regarder à l'intérieur de soi ! 			

NOUS SOMMES OUVERTS À PARTIR DE 11H30, APPORTEZ VOTRE LUNCH

294, boul. Iberville, Repentigny (Qc) J6A 2A3 Tél.: 450 657-1608

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