

SHAWINIGAN

Milieu de vie ouvert le lundi de 9h à 16h

Le mardi, mercredi et jeudi de 13h à 16h

OCT 2026

Mois de la gratitude

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
 Activité payante  Inscription obligatoire			1 13h30 Yoga sur chaise avec Catherine 
5 9h30-11h Comment ça va? 13h30 Quiz Santé mentale	6  13h30 Atelier Mieux-Être	7 13h30 Hallunissons	8  13h30 Comité d'Halloween
12 Fermé Action de grâce	13  9h30-11h Comment ça va? 13h30 Café info RDDS	14  13h30 Comité d'Halloween	15  13h30 Activité avec Cultive le partage
19 Milieu de vie fermé	20 Milieu de vie fermé	21 Activité à déterminer	22 Milieu de vie fermé - Activité de mobilisation- Le communautaire à boutte ! Activité à déterminer
26 9h30-11h Comment ça va? 13h30 Art thérapie avec Marie-Pier 	27  13h30 Comité d'Halloween	28 13h30 Bons diables	29 11h Fête d'Halloween 

Pour un soutien en santé mentale, axé sur le rétablissement, contactez-nous !