

Mars 2022



Saviez-vous qu'il y a un **centre de jour virtuel réservé aux membres** de la ressource sur Facebook? L'adhésion à ce groupe vous permettra de proposer vos idées ainsi que de rester à l'affût des annonces et activités de l'organisme! Visiter le : **Centre de jour Virtuel CPSRY** ou www.facebook.com/groups/2553656281565393

| Lundi 8h45 – 11h45 13h15 – 15h45 | Mardi 13h15 – 15h45 | Mercredi 8h45 – 11h45 13h15 – 15h45 | Jeudi 13h15 – 15h45 | Vendredi 8h45 – 11h45 13h15 – 15h45 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MOIS DE LA NUTRITION | | | | |
| Les sessions de « Jam » Séances de musique collectives improvisées. Apportez votre instrument et venez jouer avec d'autres musiciens! Plaisir garanti! | 1 10h00 Dessin 13h30 Peinture | 2 9h30 Quilles Saturnes 5\$ Passeport vaccinal obligatoire 13h30 Mandalas | 3 13h30 Session de « Jam » | 4 Date limite d'inscription PLATcottage |
| 7 10h30 Méditation « Booster son amour de soi » | 8 10h00 Dessin 13h30 Peinture Cinéma Coût 3,50\$ Passeport vaccinal obligatoire | 9 9h30 Quilles Saturnes 5\$ Passeport vaccinal obligatoire 13h30 Mandalas | 10 13h30 Session de « Jam » | 11 10h30 PLATcottage spécial Végé 4\$ Places limitées |
| 14 10h30 Méditation « Lâcher prise et acceptation » | 15 10h00 Dessin 13h30 Peinture | 16 9h30 Quilles Saturnes 5\$ 13h30 Mandalas | 17 13h30 Session de « Jam » | 18 Date limite d'inscription confection de bijoux |
| 21 10h30 Méditation « Connecter avec mon moi » | 22 10h00 Dessin 13h30 Peinture | 23 9h30 Quilles Saturnes 5\$ 13h30 Mandalas | 24 13h30 Session de « Jam » | 25 10h00 à 15h00 Confection de bijoux avec Manon 4\$ *Apportez votre dîner* |
| 28 10h30 Méditation « Se relier à l'amour inconditionnel » | 29 10h00 Dessin 13h30 Peinture | 30 9h30 Quilles Saturnes 5\$ 13h30 Mandalas | 31 13h30 Session de « Jam » | Attention : Le renouvellement de votre adhésion au centre de jour pour l'année 2022 devra se faire pendant le mois. |

Pour toutes informations et inscriptions :
 Marc-André Brisson : 450 773-1022 poste 226
 Sophie Du Mays : 450 773-1022 poste 225



<https://www.facebook.com/centropsychosocialry>



www.cpsry.org

LE CENTRE
PSYCHOSOCIAL
 RICHELIEU-YAMASKA

Centre de jour
 2090 Dessaulles
 Saint-Hyacinthe