

Février 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
SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DU 30 JANVIER AU 5 FÉVRIER				
Courrier du 1 Écrivez des petits mots d'encouragements, messages ou pensées à des membres ou employé(e)s du CPSRY et déposez-les dans la boîte à cet effet.	Début courrier du 1 Date limite inscription dessin/peinture	13h30 Film 2 Marchand de rêves Suivi d'une discussion	13h30 Décoration 3 d'épingles « <i>T'es important(e) pour moi</i> » T'es important-e pour moi Faites circuler aqps.info	13h30 Création d'un coffre du bien-être ! 4
10h30 Méditation « <i>Lâcher les soucis et les doutes</i> » 	10h00 Dessin 13h30 Peinture 	13h30 Mandalas 9 	13h30 Patinage 10 Parc Casimir-Dessaulles *Apportez vos patins* 	13h30 Jeux animés 11 Pictionary-Air
Saint-Valentin 14 Remise courrier du 1 10h30 Méditation « <i>Amour de soi</i> » 	10h00 Dessin 13h30 Peinture Date limite inscription présentation SDEM-SEMO	13h30 Mandalas 16 	13h30 Présentation 17 des services de SDEM-SEMO Montérégie 	13h30 Patinage 18 Parc Casimir-Dessaulles *Apportez vos patins* Date limite inscription confection bijoux
10h30 Méditation « <i>Éveiller son soleil intérieur</i> » 	10h00 Dessin 13h30 Peinture 	13h30 Mandalas 23 		10h00 à 15h00 Confection de bijoux avec Manon 4\$ *Apportez votre dîner*
10h30 Méditation « <i>Lâcher prise et gratitude</i> » 	Création coffre bien-être Venez assembler votre propre cahier avec différents outils, trucs, exercices, citations & images inspirantes et plus encore... Vendredi 4 février 13h30 		Présentation SDEM-SEMO Venez en apprendre plus sur leurs services gratuits de formation, d'intégration et de maintien à l'emploi. Jeudi 17 février 13h30 	

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