

# Activités de Mai 2023

Cliquez sur  pour plus d'informations

**Lundi**

8h45 - 11h45  
13h15 - 15h45

**Mardi**

Fermé  
13h15 - 15h45

**Mercredi**

8h45 - 11h45  
13h15 - 15h45

**Jeudi**

Fermé  
13h15 - 15h45

**Vendredi**

8h45 - 11h45  
13h15 - 15h45

Participez à notre défi virtuel ou en présentiel du 1er au 5 mai, dans le cadre de la semaine de la santé mentale.

01

Méditation 10h30   
Lâcher les soucis et les doutes

Marche au parc des Salines 13h30

02

Dessin 10h  
Peinture 13h30

Exercez votre cerveau 13h30

03

Pétanque aux loisirs Christ-Roi 10h30 \*

Séance d'exercices avec musique 13h30

04

Yoga sur chaise 13h30 avec Annie



05

Danse et karaoké au Centre communautaire St-Joseph 13h30 - 5\$

08

Méditation 10h30   
Amour de soi

Marche de santé dans le quartier 13h30

09

Dessin 10h  
Peinture 13h30

Cinéma RGFM 4\$

10

Billard Dooly's 13h30 - 3\$

11

Montage d'une pièce de fruits frais 13h30

12

**Date limite des inscriptions :**  
Bombes de bain avec Manon le 19 mai

15

Méditation 10h30   
Éveiller son soleil intérieur

Marche de santé dans le quartier 13h30

16

Dessin 10h  
Peinture 13h30

17

Pétanque aux loisirs Christ-Roi 10h30 \*



18

**Date limite des inscriptions :**  
Découverte aux reptiles le 26 mai

Cuisine : salade de pâtes sans gluten 13h30 - 2\$

19

Bombes de bain 10h - 4\$ avec Manon

22

Centre de jour **FERMÉ**



23

Dessin 10h  
Peinture 13h30

24

Billard Dooly's 13h30 - 3\$

25

Comité Je m'implique 13h30

26



À la découverte des reptiles 13h30 - 10\$

29

Méditation 10h30   
Libérer et apaiser les émotions

Marche de santé dans le quartier 13h30

30

Dessin 10h  
Peinture 13h30

**Fin de la session, retour en automne**

31

Pétanque aux loisirs Christ-Roi 10h30 \*

Expérience scientifique 13h30

**NOTES :** Assemblée générale annuelle le 1er juin au Centre aquatique Desjardins à 9h45. Cafés et muffins offerts dès 8h30 au centre de jour. En cas de besoin, transport disponible. Petit goûter sur l'heure du dîner inclus.

\* Tournoi de poches en cas de pluie au centre de jour

## Informations et inscriptions

### Ressource

Marc-André Brisson

### Téléphone

450 773-1022 poste 226

## Coordonnées du centre de jour

### Adresse

2090, rue Dessaulles  
Saint-Hyacinthe (Qc.) J2S 2T5

### Téléphone

450 774-8113 (salle commune)

### Site web

[www.cpsry.org](http://www.cpsry.org)

### Facebook

[www.facebook.com/centreprychosocialry](https://www.facebook.com/centreprychosocialry)

## Groupe virtuel Facebook

Participez aux activités, donner votre avis et vos idées ...

### Adhérer

[www.facebook.com/groups/255365628156539](https://www.facebook.com/groups/255365628156539)