

Informations

Journée de la santé mentale positive

Un moment dédié à promouvoir la bienveillance envers soi-même et envers les autres ainsi qu'à encourager des pratiques et attitudes qui favorisent le bien-être mental.

Sortie Cabane à sucre

Date : 19 mars 2025

Endroit : Ferme St-Lap

Départ du Boulev'Art : 10h45

Prix : 15\$

Atelier dirigé en menuiserie

Rencontre du côté des arts afin de vous donner de l'information sur un atelier d'art dirigé qui aura lieu en menuiserie !

Atelier de composition musicale

Tous les derniers vendredis du mois, sortez votre créativité musicale afin de composer des textes pour de futures chansons!

*Les activités avec un astérisque nécessitent une inscription. **

Heures d'ouverture du milieu de jour:

Lundi au vendredi:

8h30 à 15h00

Mercredi : 10h30 à 15h00

819-281-0680 poste 1



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3 11h Boîte à outils	4 10h Atelier d'écriture 10h Ligue de pool 13h Santé Mieux-être 13h30 Casse-tête	5 10h-12h Art Libre 13h-15h Art Libre 13h Tennis 13h Karaoké	6 9h-12h Art Libre 9h Cuisine Collective * 13h-15h Art Libre	7 10h Ventre-dit (3.00\$) 13h à 14h45 : Jam de musique
10 11h Boîte à outils	11 10h Atelier d'écriture 10h Ligue de pool 13h Santé Mieux-être 13h30 Casse-tête	12 10h-12h Art Libre 13h-15h Art Libre 13h Tennis	13 Journée nationale de la santé mentale positive 9h-12h Art Libre 9h Cuisine Collective * 13h-15h Art Libre	14 10h Journal 10h30 : Séance d'info, atelier dirigé en menuiserie 13h à 14h45 : Jam de musique
17 11h Boîte à outils 13h Atelier Photo	18 10h Atelier d'écriture 10h Ligue de pool 13h Santé Mieux-être 13h30 Casse-tête	19 SORTIE CABANE À SUCRE ! (15\$)	20 9h-12h Art Libre 9h Cuisine Collective * 13h-15h Art Libre	21 9h Scrapbooking 10h Journal 13h à 14h45 : Jam de musique
24 11h Boîte à outils	25 10h Ligue de pool 13h Santé Mieux-être 13h30 Casse-tête	26 10h-12h Art Libre 13h-15h Art dirigé: Fleur 3D 1 ^{ière} partie 13h00 : Karaoké	27 10h Bilan 10h45 Boucherie 9h-12h Art Libre 9h Cuisine Collective * 13h-15h Art Libre	28 10h Ventre-dit (3.00\$) 13h à 14h45 : Atelier de composition musicale

Tenez-vous loin des gens négatifs, ils ont un problème pour chaque solution.

-Albert Einstein