



# Maï 2022



**INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

**SUITE au VERSO !**

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p><b>3</b></p> <p><b>13h00 à 14h30 :</b> Activité sur la confiance en soi avec Marylie</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>9h30 à 11h30 :</b> Activité libre</p> <p><b>13h00 à 15h30 :</b> Origami <i>Fleur du printemps</i></p>	<p><b>5</b></p> <p><b>10h00 à 11h30 :</b> Qi Gong vers la santé parfaite</p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Journal créatif (groupe fermé)</p>	<p><b>6</b></p> <p><b>9h30 à 11h00 :</b> Destination voyage en Mongolie</p> <p><b>13h30 à 15h00 :</b> Club de Marche (Départ au Subway de Nicolet)</p>
<i>Bonne semaine nationale de la santé mentale !</i>			
<p><b>10</b></p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Activité libre</p>	<p><b>11</b></p> <p><b>10h30 à 12h30 :</b> Brunch au Restaurant Théo Plus (Nicolet) \$\$</p> <p><b>13h00 à 14h30 :</b> Activités ludiques</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>10h00 à 11h30 :</b> Qi Gong vers la santé parfaite</p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Journal créatif (groupe fermé)</p>	<p><b>13</b></p> <p><b>9h30 à 11h00 :</b> Demandes spéciales en chanson</p> <p><b>13h30 à 15h00 :</b> Club de Marche (Départ aux Passerelles de Nicolet)</p>
<p><b>17</b></p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Activité libre</p>	<p><b>18</b></p> <p><b>9h30 à 11h30 :</b> Activité libre</p> <p><b>13h00 à 15h30 :</b> Bricolage <i>Mobile d'amour</i></p>	<p><b>19</b></p> <p><b>10h00 à 11h30 :</b> Qi Gong vers la santé parfaite</p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Journal créatif (groupe fermé)</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>9h30 à 11h00 :</b> Apprendre à planifier ses tâches ménagères</p> <p><b>13h30 à 15h00 :</b> Club de marche (Départ au Subway de Nicolet)</p>
<p><b>24</b></p> <p><b>FERMÉ</b></p> <p><b>(Reprise férié journée nationale des patriotes)</b></p>	<p><b>25</b></p> <p><b>11h00 à 14h00 :</b> Pique-nique aux Passerelles de Nicolet (<u>Apportez un lunch froid</u>)</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>10h00 à 11h30 :</b> Qi Gong vers la santé parfaite</p> <p><b>13h00 à 15h00 :</b> Journal créatif (groupe fermé)</p>	<p><b>27</b></p> <p><b>9h30 à 11h00 :</b> Activité libre</p> <p><b>13h30 à 15h00 :</b> Club de Marche au Parc écologique Godefroy (Apportez votre \$)</p> 

Toutes les activités se font sur réservation téléphonique SAUF les mardis après-midis et les mercredis matins. Pour réserver, vous devez appeler à La Traversée du Sentier au 819 293-6416. **Vous devez vous déplacer par vos propres moyens à l'endroit de l'activité.**

**N.B.** Les activités peuvent être sujet à changement.

<p>31</p> <p>13h30 à 15h30 : Groupe de parole pour hommes</p>			
---	--	--	--



## Dates à retenir !

- Dimanche 1<sup>er</sup> mai, **Conférence avec Christine Michaud**, à l'Auberge Godefroy, à 13h00. Billets disponibles à la Traverse du Sentier.
- Mercredi 11 mai, **Brunch au Restaurant Théo** de Nicolet à 10h30, Réservation obligatoire au 819 293-6416.
- Mercredi 25 mai, **Pique-Nique aux Passerelles** (Apportez votre lunch), Réservation obligatoire au 819 293-6416.
- 27 mai à 13h30, Venez marcher avec nous au **Parc écologique Godefroy** (adresse : 17105 Boul. Bécancour, Bécancour).
- Notez bien que le groupe fermé sur l'autogestion de l'anxiété prend fin le 20 mai.

Toutes les activités se font sur réserve téléphonique SAUF les mardis après-midis et les mercredis matins. Pour réserver, vous devez appeler à La Traverse du Sentier au 819 293-6416. **Vous devez vous déplacer par vos propres moyens à l'endroit de l'activité.**

**N.B.** Les activités peuvent être sujet à changement.