



ACTIVITÉS du mois de FÉVRIER 2024

Lundi 5 février (14h30-15h30) Gratuit

Vie associative : Atelier de yoga

Jeudi 15 février (13h30-15h) Coût 5\$

****Groupe de parole** : SOUTIEN PAR LES PAIRS

Mardi 20 février (18h-19h30) Coût 5\$

ATELIER PSYCHOÉDUCATIF : La gestion du stress
Présentation et exercices.

Lundi 26 février (13h-15h)

Comité de vie associative : venez partager vos idées.

Jeudi 29 février (13h30-15h) Coût 5\$

****Groupe de parole** : SOUTIEN PAR LES PAIRS

**Formation prérequis.

Inscription obligatoire au
819-564-0676 ou info@autre-rive.ca