

# Septembre 2018

Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7
<b>Fermé Fête du travail</b>	<b>13h Club de marche</b> Pointe de RDL	<b>12h Pique-nique au parc des chutes</b> <b>Croquet en après-midi!</b> En cas de pluie ce sera annulée!	<b>13h Soutien dans le milieu</b>	11h Bouffe pop!
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
13h Café du Clocher	<b>13h Club de marche</b> Centre ville	<b>12h Pique-nique et visite de la ferme Alpagua Aldo \$\$\$</b> En cas de pluie se sera annulée!	<b>13h30 Atelier artistique au Musée</b> Voir info bas de page!	11h Bouffe pop
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
13h Café au Méditerranéen Centre commercial	<b>13h Club de marche</b> Parc de la Cité 18h Auto-gestion de l'estime de soi	13h Billard	<b>13h30 Atelier artistique au Musée</b>	11h Bouffe pop
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
13h Café au Van Houtte	<b>13h Club de marche</b> Parc des chutes 18h Auto-gestion de l'estime de soi	<b>Nous sommes en formation</b> Pas d'activité	<b>13h30 Atelier artistique au Musée</b>	11h Bouffe pop

## Atelier artistique au Musée

Le Musée du Bas-St-Laurent vous invite à venir participer à 4 ateliers d'initiation aux arts visuels. Les ateliers seront élaborés de façon à répondre à vos besoins individuels, à nourrir votre créativité ainsi que votre désir d'apprendre. Nous vous proposons d'explorer différents médiums et différentes approches dans un climat convivial.

Nous allons clore la série d'ateliers par un vernissage en formule 5 à 7 qui se tiendra le 10 octobre au Musée du Bas St-Laurent. Nous profiterons de l'occasion pour souligner la journée de l'Alternative en Santé Mentale.

**5,00\$ pour 4 ateliers de 2hrs**

Bienvenue à tous!

**Inscriptions avant le 7 septembre 2018, 16h.**

## Ferme Alpagua Aldo

Nous partirons vers 11h pour débiter avec un pique-nique extérieur à la ferme: **Apporter votre lunch!** Après le diner, une visite guidée vous sera offerte. Nous découvrirons le mode de vie de l'alpagua! Sur place, il sera aussi possible de marcher dans le boisé aménagé et d'y découvrir une culture de champignons. **Coût de l'activité:** 6\$ pour les membres / 8\$ pour les non-membres. Le tarif comprend le transport et la visite! En cas de pluie, l'activité est annulée. **Date limite d'inscription:** Mardi le 11 septembre 16h. Bienvenue!

## Bouffe pop!

Le Centre étant présentement fermé pour les rénovations, nous serons à la Bouffe pop de 11h à 13h! Nous offrons le transport pour les gens sur notre route! Téléphonnez-nous!