

DÉCEMBRE 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
04	05	06	07
ATELIER D'ARTS AVEC GENEVIÈVE LAPALME À 13H30			DÉCOMPRESSE TON PRESTO À 9H AVEC JULIE LAJEUNESSE
11	12	13	14
MES SOUHAITS DE NOËL ÉCRITURE AVEC MYA THIBAUT À 13H30	ATELIER DE PEINTURE AVEC ÉRIC ROCHON À 13H30		
18	19	20	21
ATELIER D'ARTS AVEC GENEVIÈVE LAPALME À 13H30	CONFÉRENCE LE SECRET DU BONHEUR SELON CAMILLO À 13H30	DINER DE NOËL (POTLUCK) DÈS 11H30 VOIR AU VERSO	
25	26	27	28

**CONGÉ DES FÊTES
NOS BUREAUX SERONT FERMÉS DU 22 DÉCEMBRE AU 5 JANVIER
DE RETOUR LE 8 JANVIER 2024**

NOUS VOUS SOUHAITONS UN EXCELLENT TEMPS DES FÊTES !



Voir au verso !

341, RUE DE LA MADONE
MONT-LAURIER (QUÉBEC) J9L 1S1
819-623-3843

info@maisonclothilde.org
www.maisonclothilde.org

Facebook : <https://www.facebook.com/MaisonClothildeMRCAL>

LE 16 ET 30 JANVIER À 13H30, NOUS REMETTRONS AU CALENDRIER
LA FORMATION :

“L’HABILETÉ À ÉTABLIR SES LIMITES”

**NOUS VOUS PRÉVENONS À L’AVANCE AFIN QUE VOUS PENSIEZ À
RÉSERVER DU TEMPS À VOTRE AGENDA.**

Cet atelier de formation a pour but de permettre aux membres de
l’entourage d’une personne atteinte d’un trouble de santé mentale
d’identifier et d’établir des limites.

PLACES LIMITÉES, INSCRIVEZ-VOUS VITE !

DINER DE NOËL

Le 20 décembre, joignez-vous à nous pour accueillir la période des fêtes.
Appelez Madeleine pour vous inscrire,
elle vous donnera tous les détails de cette activité.

**RÉSERVEZ VITE, PLACES LIMITÉES
BIENVENUE À TOUS !**

SOUHAITS DE NOËL

Au cours de cet atelier, je vous invite à découvrir la magie des fêtes par le biais
de l’écriture. Tout comme lorsque nous étions enfants et écrivions une lettre au
Père Noël, cette activité vous permettra de consigner sur papier vos souhaits
les plus chers pour cette période de l’année très spéciale.

MYA

LE SECRET DU BONHEUR SELON CAMILLO (PRÉSENTÉE PAR L’ALPABEM)

Vidéoconférence / Durée : 90 minutes

La santé mentale est récemment devenue un thème chouchou des spécialistes. Au cœur
de la santé mentale se trouve des piliers du bonheur qui permettent de trouver un
équilibre et une balance entre les différentes sphères de vie. En abordant les relations
interpersonnelles, la vie professionnelle et les champs d’intérêts, le Dr Camillo Zacchia,
psychologue, vous partagera ses secrets pour atteindre le nirvana à travers une tasse
de café et d’autres secrets du bonheur.

**Le Sensora est disponible, prenez rendez-vous
et apportez votre couverture**