Pour inscription ou information, veuillez communiquer avec :
Louiselle Brassard, directrice générale
Tél : 418-321-4676
Courriel : vivremasantementale@gmail.com

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE LA FONDATION VIVRE MA SANTÉ MENTALE
SESSION AUTOMNE 2021-DOMAINE DU ROY

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				**9h30 à 10h30** **Yoga thérapeutique** **Début : 15 octobre 2021** **Fin : 17 décembre 2021** **Lieu : Gym Le Phoenix** **720 Bld St-Joseph, suite 302 Roberval** **Max. : 10 personnes**
Local de la Fondation Vivre ma santé mentale situé au 485 St-Joseph, deuxième étage, salle #2		**10h30 à 11h30** **Zumba** **Début: 13 octobre 2021** **Fin: 15 décembre 2021** **Lieu : Fabrique Notre-Dame-Du-Lac-St-Jean** **485 rue St-Joseph, Roberval** **Salle # 2** **Max.: 5 personnes**	**Moment de lecture à la Librairie Frip-Bazar** **Dates des rencontres:** **-de 9h à 12h : 21 oct. et 16 déc. 2021** **- de 13h à 16h : 18 nov. 2021** **Lieu :** **1119 Boul. St-Joseph, Roberval** **Max: 6 personnes**	
	**16h30 à 17h30** **Entrainement en circuit** **Début : 12 octobre 2021** **Fin : 14 décembre 2021** **Lieu : Gym Le Phoenix** **720 Bld St-Joseph, suite 302 Roberval** **Max. : 10 personnes**		**13h30 à 15h30** **Ateliers de carte style scrapbooking** **Début : 14 octobre 2021** **Fin : 16 décembre 2021** **Lieu : Fabrique Notre-Dame-Du-Lac-St-Jean** **485 rue St-Joseph, Roberval** **Salle # 2** **Max. : 6 personnes**	RioTinto Partenaire financier majeur