

# \* CALENDRIER PRINTEMPS ÉTÉ 2024 \*

**LUNDI PM** 

Pour inscription ou information, communiquez avec nous

www.fondationvivremasantementale.com

### **SECTEUR SAGUENAY**

**LUNDI AM** 

9h30 À 11H30

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E 3E ÉTAGE - LOCAL 318 https://us02web.zoom.us/j/81332967019

SEULEMENT LE 10 JUIN 2024

JOURNAL CRÉATIF - HYBRIDE (SEULEMENT LE 10 JUIN 2024)

INITIATION AU YOGA MÉDITATION - VIRTUEL

https://us06web.zoom.us/i/87696231343 10H45 DÉBUT: 29 AVRIL 2024 FIN: 12 JUIN 2024

### **MARDIAM**

J'AIME CRÉER

ACTIVITÉ RÉSERVÉE AUX ANCIENS MEMBRES PARTICIPANTS 2023 LIEU: 216 RUE DES OBLATS CHICOUTIM

9H30 À PORTE15 - LOCAL D-214 11H30

DÉBUT: 30 AVRIL 2024 FIN: 18 JUIN 2024

# JOURNAL CRÉATIF HYBRIDE 1 fois / 2 semaines

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E 3E ÉTAGE - LOCAL 318

https://us02web.zoom.us/j/81332967019 DÉBUT: 30 AVRIL 2024 FIN: 3 SEPTEMBRE

Avis spécial: X de cours le 11 juin et 23 juillet

# **MARDIPM**

LIEU: RÉCRÉO-BOXE 10H45 À

11H45

129 RUE JACQUES-CARTIER CHICOUTIMI DÉBUT: 30 AVRIL 2024 FIN: 3 SEPTEMBRE



### J'AIME LE COLLAGE

ACTIVITÉ RÉSERVÉE AUX ANCIENS MEMBRES PARTICIPANTS 2023

LIEU: 216 RUE DES OBLATS CHICOUTIMI 13H À

PORTE15 - LOCAL D-214 DÉBUT: 30 AVRIL 2024 FIN: 18 JUIN 2024

### **MERCREDI AM**

### INITIATION AU YOGA MÉDITATION - VIRTUEL



https://us06web.zoom.us/j/83019940440

10H00 DÉBUT: 1 MAI 2024 FIN: 14 JUIN 2024





9h30 À

9h15 À

ADRESSE: 555 RUE STE-MARTHE CHICOUTIMI DÉBUT: 1 MAI 2024 FIN: 22 MAI 2024

ADRESSE: 497 RUE RACINE EST CHICOUTIMI 10H00

LIEU: 1E ÉTAGE 1 MAI 2024 FIN: 21 AOÛT 2024

YOGA FLOW DOUX



### MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

ADRESSE: 497 RUE RACINE EST CHICOUTIM

LIEU: 1E ÉTAGE
DÉBUT: 1 MAI 2024 FIN: 21 AOÛT 2024



# **QUILLES ESTIVALES**

LIEU: CENTRE JOSEPH NIC ADRESSE: 555 RUE STE-MARTHE CHICOUTIMI

DÉBUT: 29 MAI 2024 FIN: 21 AOÛT 2024

13H15 À 15H15

**JEUDI PM** 

**MERCREDI PM** 

13H30 À

15H30

#### J'AIME LE COLLAGE EN PARTENARIAT AVEC LE CFGA RIVES DU SAGUENAY

LIEU: 927 RUE JACQUES-CARTIER E

3E ÉTAGE - LOCAL 318

DÉBUT: 1 MAI 2024 FIN: 19 JUIN 2024

TRICOT 1 fois / 2 semaines



### 18H À

**ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E** 3E ÉTAGE - LOCAL 318 19H30

DÉBUT: 8 MAI 2024 FIN: 28 AOÛT 2024

# **JEUDIAM**



10H45 À

LIEU: RÉCRÉO-ROXE

129 RUE JACQUES-CARTIER CHICOUTIMI DÉBUT: 2 MAI 2024 FIN: 5 SEPTEMBRE



12H00

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E PORTE D'ENTRÉE PRINCIPALE DÉBUT: 9 MAI 2024 FIN: 5 SEPTEMBRE

CAFÉ-JASETTE



10H À 11H30

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E DÉBUT: 16 MAI 2024 FIN: 6 JUIN



12H30

11H15

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E 11H30 À PORTE D'ENTRÉE PRINCIPALE DÉBLIT: 9 MAI 2024 FIN: 5 SEPTEMBRE

MARCHE EN GROUPE



### INSTINCT CRÉATIF (PRODUCTION D'UNE TOILE)

ADRESSE: 927 RUE JACQUES-CARTIER E 12h30 À 3E ÉTAGE - LOCAL 318 DÉBUT: 9 MAI 2024 FIN: 6 JUIN 2024 15h30

IMPORTANT: Participation fortement ommandée pour la réalisation de la toile



#### J'EXPLORE LES BIENFAITS DE LA NATURE

13H00 À 15H00

ADRESSE: 1577 RUE DES ROITELETS CHICOUTIMI PORTE D'ENTRÉE PRINCIPALE DÉBUT: 9 MAI 2024 FIN: 5 SEPTEMBRE



Adresse de la Fondation (SAGUENAY) 927 RUE JACQUES-CARTIER EST **CHICOUTIMI LOCAL 318** TROISIÈME ÉTAGE

# Appareils à vibration Vous êtes les bienvenus à venir les essayer, tous les jours, durant les

autres activités offertes.