



L'ASTUCE

Brisons l'isolement, ensemble

71 Hôtel-Dieu, local 106A, Sorel-Tracy

Après plusieurs mois de fermeture à cause de la pandémie, nous sommes heureux de vous accueillir de nouveau dans le milieu de vie L'ASTUCE.

L'ASTUCE est un endroit sans jugement où il est agréable de rencontrer des personnes ayant à cœur leur santé mentale, elles viennent briser l'isolement en participant à différentes activités.

| | |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mardi de 9h45 à 11h15 | Café rencontre, venez échanger sur différents sujets d'actualité ou simplement vous détendre en prenant un café. |
| Mardi de 13h à 15h30 | Activité libre. Rencontre avec l'intervenante. |
| Jeudi de 9h30 à 11h30 | Activité libre. Rencontre avec l'intervenante. |
| Jeudi de 13h30 à 15h30 | Tricot et partage de connaissances. Apprendre à manier broches et crochets; recevoir des conseils pour vos travaux. Bricolage, Mandala, lecture, etc. Discussion entre amis(es), etc. |

Carte de membre : 15\$

SANTÉ
MENTALE
QUÉBEC
Pierre-De Saurel
Promouvoir. Soutenir. Outiller.



71 Hôtel-Dieu, local 105
Sorel-Tracy, Qc
450-746-1497

lastuce@smqpierredesaurel.org