

Repas communautaires

Mercredi, 12 h

Pointe-du-Lac

13, 27 novembre
11 décembre
8, 22 janvier
5, 19 février

St-Étienne

20 novembre
4 décembre
15 janvier

Ateliers thématiques
10 h 30 à 11 h 30



Pointe-du-Lac
13 novembre
Victimisation et pouvoir d'agir

27 novembre
Culpabilité saine ou malsaine

11 décembre
Mythes et préjugés en santé mentale



St-Étienne
20 novembre
Les relations saines

4 décembre
Approivoiser la solitude

aide alimentaire

Novembre

Décembre

Janvier

mardi
12*, 26

mardi
10*, 17

mardi
7, 21

17 décembre : Paniers de Noël

*Consultation santé
12 h 30 à 15 h
Caravane du Traversier



ATELIERS CULINAIRES THÉMATIQUES

Pascale

St-Étienne-des-Grès
Avant-midi



- Jeudi, 28 novembre
- Jeudi, 12 décembre
- Jeudi, 30 janvier
- Jeudi, 27 février

Vous pouvez vous inscrire à 1 ou plusieurs ateliers

Coût : 2 \$ par portion.
Inscrivez-vous - Places limitées



Évènements à venir

SALON INTERNATIONAL DU LIVRE DE QUÉBEC

Vendredi 11 avril
Transport autobus
Détails à venir



NOUS JOINDRE



490, Grande Allée, Trois-Rivières
819 377-3309

1260, rue St-Alphonse, St-Étienne-des-Grès
819 299-3859

ceppdl@cgocable.ca
www.ceppdl.ca



Novembre 2024

Le Bavard

Programmation
Hiver 2024



SOUPER-SPECTACLE DE NOËL

Mercredi, 18 décembre
17 h à 21 h



PLEIN AIR VILLE-JOIE
Pointe-du-Lac



25 \$ / membre
30 \$ avec transport
autobus aller-retour
départ St-Étienne-des-Grès*



Réservé aux membres seulement

Date limite : 9 décembre
réservation et paiement



Jingle Band Rock



*Autobus aller-retour. Départ St-Étienne.
Grâce au soutien de



LES TRICOPINES

Caroline Roy

À St-Étienne-des-Grès
Tous les mardis, 8 h 30



ARTS CRÉATIFS

Claudia

DÉCEMBRE :

SAPINS DÉCORATIFS 8 \$

St-Étienne :

Vendredi, 13 décembre, 9 h

Pointe-du-Lac :

Mercredi, 18 décembre, 9 h



ATELIER MOULAGE EN PLÂTRE

Caroline Roy

Pointe-du-Lac

Mardi, 19 novembre, 10 h

Mardi, 3 décembre, 10 h

2 ateliers d'art participatif, animés par l'artiste et médiateur culturel Alex P., à travers lesquels il y aurait la création (**moulage**) et la décoration (avec de la peinture) de **mains en plâtre**.

GRATUIT - RÉSERVATION

OBLIGATOIRE - Places limitées !

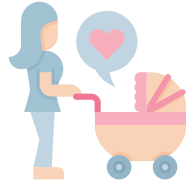


CARDIO-MOM

Claudia

À Pointe-du-Lac

Tous les lundis, 13 h à 14 h



À St-Étienne-des-Grès

Tous les jeudis, 13 h à 14 h

MASSAGE BÉBÉ

Caroline Roy

À St-Étienne-des-Grès

Les mardis, 13 h à 14 h



À Pointe-du-Lac

Les jeudis, 13 h à 14 h



ACTIVITÉ FAMILIALE

Claudia

Atelier familial sur la DME

La diversification alimentaire
menée par l'enfant

Pointe-du-Lac : jeudi 28 novembre

13 h à 15 h

Gratuit

en collaboration avec le CIUSSS

DÉJEUNER-PYJAMA

Claudia

St-Étienne : Vendredi 6 décembre

De 8h30 à 11h30

2\$ / repas

déjeuner & bricolage



CONFÉRENCES

Claudia - Caroline Roy

NOVEMBRE

GARDE-ROBE MODE RESPONSABLE

Pointe-du-Lac : Mercredi, 6 novembre 9 h

St-Étienne : Vendredi, 29 novembre, 9 h

Par : Caroline Roy Element

JANVIER

ASTROLOGIE : QUE VOUS RÉSERVE 2025

St-Étienne : Vendredi 24 janvier, 9 h

Pointe-du-Lac : Mercredi 29 janvier, 9 h

Par : Claudie Racine, astrologue

CONTRIBUTION VOLONTAIRE



MUSCLEZ VOS MÉNINGES

Claudia

STIMULATION ET VITALITÉ INTELLECTUELLE

COHORTE HIVER

LES JEUDIS, 9 H À 11 H

Du 16 janvier au 27 mars

POINTE-DU-LAC

10 ATELIERS

20 \$



ANIMATION : CLAUDIA BOISVERT