

# Repas communautaires

Mercredi, 12 h

## Pointe-du-Lac

22 janvier\*  
5,19 février  
**19 mars\*\***

## St-Étienne

15 janvier  
12 février  
26 mars

**\*Le repas du 8 janvier est annulé**

**\*\*19 MARS, 12 h**

**REPAS CABANE À SUCRE**

Centre d'éducation populaire  
Pointe-du-lac

**TARIF : 10 \$ / personne.**

**Places limitées**



## ATELIERS CULINAIRES THÉMATIQUES

Pascale

### St-Étienne-des-Grès

- Jeudi, 30 janvier
- Jeudi, 27 février
- Jeudi, 27 mars



**Inscrivez-vous - Places limitées**



**aide alimentaire**

Janvier

Février

Mars

mardi  
7, 21

mardi  
4, 18

mardi  
4, 18

# Évènements à venir

SEMAINE DE RELÂCHE

**Nos centres seront fermés du 3 au 7 mars**

*Le service d'aide alimentaire sera ouvert le 4 mars selon l'horaire habituel*

**SALON INTERNATIONAL DU LIVRE DE QUÉBEC**

**Vendredi 11 avril**  
**Transport autobus**  
**Détails à venir**

## CONFÉRENCES À VENIR

**Pointe-du-Lac : 3 avril 2025**

Manger en famille: un moment agréable et les difficultés à surmonter

**St-Étienne-des-Grès : 10 avril 2025**

Être un modèle positif comme parent pour favoriser une saine relation aux aliments.



**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

Janvier 2025

# Le Bavard

Programmation  
Hiver 2025

Que 2025 soit  
votre année,

Que le bonheur  
soit votre allié,

Que le sourire soit  
votre invité,

Et que la joie  
embellisse  
vos journées.

**NOS CENTRES SERONT FERMÉS DU  
21 DÉCEMBRE AU 12 JANVIER 2025\***

Le service d'aide alimentaire sera

**ouvert le 7 janvier**

selon l'horaire habituel.



*Toute l'équipe du  
Centre d'éducation populaire  
vous souhaite une belle et  
merveilleuse année dans la  
l'amour et la santé.*

## LES TRICOPINES

Caroline Roy



**À St-Étienne-des-Grès**

Tous les mardis, 8 h 30



## ARTS CRÉATIFS

Claudia

**SERVIETTAGE SUR VERRE : 8 \$**



**Pointe-du-Lac :**  
Mercredi, 26 février, 9h

**St-Étienne-des-Grès :**  
Vendredi, 28 février, 9h



## ACTIVITÉS SOCIALES

Claudia



**QUILLES POUR TOUS**

Vendredi, 21 mars

Places limitées

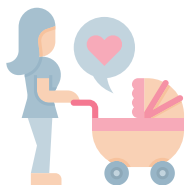
Détails à venir

## 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**

*Début session #1 : 14 janvier*

*Début session #2 : 11 mars*

*Début session #3 : 22 avril*

**À Pointe-du-Lac**

**Les jeudis, 13 h à 14 h**

*Début session #1 : 24 avril*



## ACTIVITÉ FAMILIALE

Claudia

**ACTIVITÉ CULINAIRE FAMILIALE**

**St-Étienne :** Vendredi, 21 février, 9h

15 \$ / famille

Places limitées.

Max : 6 familles



## CONFÉRENCES

Claudia - Caroline Roy



**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



**MARS**

**LE RUBAN ROSE - CENTRE DU SEIN**

**Pointe-du-Lac :** Mercredi 12 mars, 9 h

**St-Étienne :** Vendredi 14 mars, 9 h

CONTRIBUTION VOLONTAIRE



**MUSCLEZ VOS  
MÉNINGES**

Claudia

**STIMULATION ET VITALITÉ  
INTELLECTUELLE**

**COHORTE HIVER**

**16 JANVIER AU 27 MARS**

**LES JEUDIS, 9 H À 11 H**

**POINTE-DU-LAC**

10 ATELIERS

**20 \$**



**ANIMATION : CLAUDIA BOISVERT**