Novembre 2026

DIMANCHE	LUNDI 9H-15H30	MARDI 9H-15H30	MERCREDI 12H-15H30	JEUDI 9H-15H30	VENDREDI 9H-15H30	SAMEDI
1	2 Entretien 10h Band La Licorne avec Stéphane 13h00	3 Activité le vrai visage de la santé mentale 13h00	4 Parlons-en avec Philippe 13h30	5 Livre ouvert avec Martine 13h30	6 Art Libre 10h Quilles 13h30	7
8	9 Art dirigé Noël 10h Band La Licorne avec Stéphane 13h00	10 Acupuncture 10h Cinéma 13h30	11 Atelier Bien-être 13h30	12 Bingo 13h30	13 Fermé	14
15	16 Soupe 10h Exercices sur chaise 11h Band La Licorne 13h00	17 Programmation Décembre 13h30	18 Parlons-en 13h30	19 Biodôme 10h00	20 Atelier culinaire 9h30 Art dirigé Noël 13h30	21
22	23 Band La Licorne avec Stéphane 13h00	24 Acupuncture 10h Exercices sur chaise 13h Cérémonie de thé et méditation 13h30	25 Parlons-en avec Sofia 13h30	26 Brunch 11h	27 Karaoké 13h30	28
29	30 Band La Licorne avec Stéphane 13h00					

GROUPE LA LICORNE
SOUTIEN | ÉCOUTE | ÉCHANGES
450-433-9084

Novembre 2026

Mardi 3 novembre - Activité le visage de la santé mentale:
Des étudiantes du cégép vous invite à venir faire votre auto-portrait en leur compagnie. Vous devrez créer une oeuvre qui vous représente, un réel portrait de vous. Ce portrait peut-être une peinture, une chanson, une danse, une sculpture etc. Le but est de créer une oeuvre qui vous inspire, par la suite, vous devrez écrire une petite description de qui vous êtes et en quoi cette oeuvre vous représente ! Les oeuvres seront exposés à un kiosque au Cégep de St-Jérôme lors de leur semaine en santé mentale soit le 12 novembre.

Mercredi 4 novembre - Parlons-en avec Philippe:
Philippe vous a préparé un atelier sur l'autisme. Venez en grand nombre, en apprendre plus sur sa réalité.

Vendredi 6 novembre-Quilles:
C'est le retour des quilles, c'est le temps de pratiquer notre visou ! **Coût 3,50$ Départ à 13h15**

Lundi 9 et vendredi 20 novembre - Art dirigé spécial Noël:
Venez confectionner votre courrone de Noël pour le temps des fêtes.

Vendredi 13 novembre-Fermé ; Nous serons exceptionnellement fermé pour la journée.

Jeudi 19 novembre - Biodôme:
Enfin notre sortie au Biodôme est arrivée! Le Biodôme vous propose une visite immersive à travers cinq écosystèmes des Amériques où l'on peut observer des animaux et des plantes. Le Biodôme abrite plus de 2500 animaux d'environ 150 espèces différentes et plus de 800 espèces végétales. **Inscription obligatoire, coût 3,50$. Départ 10h00**

Mercredi 25 novembre-Parlons-en avec Sofia:
La thématique est entretenir ses relations.