



## FÉVRIER 2024

Milieu de vie : 13h00 à 16h00	Milieu de vie : 13h00 à 13h30 et 15h30 à 16h00 Atelier : 13h30 à 15h30	Milieu de vie : 13h00 à 16h00	Milieu de vie : 13h00 à 13h30 et 15h30 à 16h00 Atelier : 13h30 à 15h30	Milieu de vie : 13h00 à 16h00
<i>Milieu de vie</i>	<i>Prév.rechute</i>	<i>Milieu de vie</i>	<i>Autonomie</i>	<i>Milieu de vie</i>
<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
			<b>1</b> <b><u>Autonomie</u> : Mes limites</b>	<b>2</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>
<b>5</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>6</b> <b><u>Prévention rechute</u> :</b> <b>La dépendance et les compulsions</b>	<b>7</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>8</b> <b><u>Autonomie</u> : Le lâcher-prise</b>	<b>9</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>
<b>12</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>13</b> <b><u>Prévention rechute</u> :</b> <b>La communication</b>	<b>14</b> <b>Milieu de vie fermé</b> <b>13h30 à 15h30 :</b> <b>Maison des jeunes de Rimouski au 169 rue Ste-Anne</b>	<b>15</b> <b><u>Autonomie</u> : La résilience</b>	<b>16</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>
<b>19</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>20</b> <b><u>Prévention rechute</u> :</b> <b>Comprendre pour mieux réagir</b>	<b>21</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>22</b> <b><u>Autonomie</u> : La connaissance de soi</b>	<b>23</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>
<b>26</b> <b>Milieu de vie</b> <b>13 :00 à 16 :00</b>	<b>27</b> <b><u>Prévention rechute</u> :</b> <b>Les 7 étapes du deuil à travers le rétablissement</b>	<b>28</b> <b>12h30 : Salon de Quilles Vézina</b> <b>Milieu de vie :</b> <b>14 :30 à 16 :00</b>	<b>29</b> <b><u>Autonomie</u> :</b> <b>Gestion du stress</b>	

---

## **Procédures pour les ateliers :**

- ◆ Inscriptions en personne obligatoires;
- ◆ Le début des inscriptions aux ateliers se fera à partir de la journée de la remise du calendrier du mois suivant (à 13 :00 pm);
- ◆ La fin des inscriptions aura lieu lorsque le groupe de 10 personnes est atteint;
- ◆ Dans le cas où il n'y a que trois personnes ou moins à l'atelier, celui-ci sera reporté à une programmation ultérieure et sera remplacé par un milieu de vie. Dans le cas où l'atelier est animé par un invité, celui-ci sera annulé et il ne sera pas reporté.
- ◆ Les personnes utilisatrices sont responsables de téléphoner la journée de l'atelier afin de savoir si celui-ci aura lieu;
- ◆ Si l'atelier n'est pas complet, une personne peut s'inscrire la journée même du premier bloc seulement;
- ◆ Il sera important d'être à l'heure aux ateliers, à partir de 13 :40 (soit 10 minutes après le début de l'atelier), nous n'accepterons plus de participants;
- ◆ Si vous êtes absent, votre inscription sera annulée et vous ne pourrez pas poursuivre les autres blocs.