







L'Arc-en-Ciel

Organisme communautaire
en santé mentale
de Portneuf

Horaire Réadaptation psychosociale - Août 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1	2	3
*** Inscription obligatoire à la réception pour toutes les activités ***	→ Vous inscrire vous garantie une place	<i>Baignade, marche et sport d'été au Lac</i> <i>Simon</i> <i>10h à 14h30</i> <i>5,50\$</i> <i>*Si pluie, jeux ou cinéma</i> <i>D</i>	Quilles D 10h à 12h 10\$	Pique-nique et pétanque SC 10h à 14h <i>*Apportez votre repas principal</i>
6	7	8	9*	10
<i>Randonnée et pique-nique Duchesnay</i> 10h à 14h	<i>Randonnée et baignade Gorge rivière St-Anne St-Alban</i> 10h à 14h <i>*Prévoir frais de stationnement et apporter votre lunch</i>	<i>Baignade, marche et sport d'été au Lac</i> <i>Simon</i> <i>10h à 14h30</i>	Dîner BBQ D 10h à 14h 2\$ 	Pique-nique et pétanque D 10h à 14h <i>*Apportez votre repas principal</i>

		<p>5,50\$</p> <p><i>*Si pluie, jeux ou cinéma</i></p> <p>D</p>		
13	14	15	16	17
<p><i>Randonnée et pique-nique Marina Neuville</i></p> <p>10h à 14h</p>	<p>Pique-Nique et jeux Local Saint-Raymond</p> <p><i>*Apportez votre repas principal</i></p>	<p><i>Baignade, marche et sport d'été au Lac</i></p> <p>Simon</p> <p>10h à 14h30</p> <p>5,50\$</p> <p><i>*Si pluie, jeux ou cinéma</i></p> <p>D</p>	<p>Cap-de-la-Madeleine « Rencontres nocturnes » (autobus)</p> <p>13h à 21h</p> <p>10\$</p> <p><i>*Apportez votre lunch</i></p>	<p>Pique-nique et pétanque SC</p> <p>10h à 14h</p> <p><i>*Apportez votre repas principal</i></p>
20	21	22	23*	24
<p><i>Randonnée et pique-nique Pont Déry</i></p> <p>10h à 14h</p>	<p>Sport et jeux d'été Parc des Anglais D</p> <p>10h à 14h</p> <p><i>*Annulé si pluie</i></p>	<p><i>Baignade, marche et sport d'été au Lac</i></p> <p>Simon</p> <p>10h à 14h30</p>	<p>Dîner BBQ D</p> <p>10h à 14h</p> <p>2\$</p> 	<p>Pique-nique et pétanque D</p> <p>10h à 14h</p> <p><i>*Apportez votre repas principal</i></p>

		<p>5,50\$</p> <p><i>*Si pluie, jeux ou cinéma</i></p> <p>D</p>		
27	28	29	30	31
<p><i>Randonnée et pique-nique Quai Cap-Santé</i></p> <p>10h à 14h</p>	 <p>Dîner BBQ SR 10h à 14h 2\$</p>	<p><i>Camping la mine d'or</i></p> <p><i>Piscine chauffée, spa, lac</i></p> <p>9h à 15h</p> <p>8\$</p> <p><i>*Si pluie, jeux ou cinéma</i></p> <p>D</p>	 <p>Tournée friperies Portneuf</p> <p>*Prévoir argent pour vos achats</p>	<p>Pique-nique et pétanque SC</p> <p>10h à 14h</p> <p><i>*Apportez votre repas principal</i></p>