



Sam.	Dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Fermé	Fermé		9 - 12 h <b>Drop-in</b> <b>1</b> <hr/> 13h30 - Film de Noël	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>2</b> <hr/> 13h30 - Gestion du quotidien	13h30 <b>jeux de société &amp; compagnie</b> <b>3</b> <hr/> Comité de travail du CA	Fermé <b>4</b> <hr/> 19 - 20h <b>EN LIGNE</b> Soirée mieux-être SMQ
Fermé	Fermé	<b>7</b> 13h30 - Atelier super techno	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>8</b> <hr/> 13h30 - Film de Noël	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>9</b> <hr/> 13h30 - Gestion du quotidien	<b>10</b> 13h30 - Jeux de société et compagnie	<b>11</b> Fermé
Fermé	Fermé	<b>14</b> 13h30 atelier super techno	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>15</b> <hr/> 13h30 Film de Noël <hr/> Réunion CA	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>16</b> <hr/> 13h30 - Gestion du quotidien	<b>10 - 11h30</b> <b>17</b> Conférence RASSMQ <hr/> 13h30 - Jeux de société & compagnie	<b>18</b> Fermé
Fermé	Fermé	<b>21</b> 13h30 - Atelier super techno	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>22</b> <hr/> 13h30 - Film de Noël	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>23</b> <hr/> 13h30 - Gestion du quotidien	<b>24</b> FERMÉ	<b>25</b> NOËL - FERMÉ
Fermé	Fermé	<b>28</b> 13h30 - Atelier super techno	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>29</b> <hr/> 13h30 - Film de Noël	9 - 13 h <b>Drop-in</b> <b>30</b> <hr/> 13h30 - Gestion du quotidien	<b>31</b> Diner du Jour de l'an - membres seulement	<b>Inscription obligatoire</b>  Sur le <b>babillard</b> en bas ou par téléphone/courriel

**L'Avant-garde est un organisme communautaire qui œuvre à normaliser la santé mentale.**

À partir de la mise en commun des expériences vécues, nous offrons de l'écoute, du soutien et favorisons l'accès à des outils éducatifs et concrets.

## IMPORTANT

Le respect des mesures sanitaires reliées à la COVID-19, dont le port du masque, est obligatoire.

## TROUSSE COVID-19

Découvrez notre trousse spécialement conçue pour vous accompagner dans ce contexte de pandémie.

[www.agsmlaprairie.org/covid-19](http://www.agsmlaprairie.org/covid-19)

**NOUVEAUTÉ!**

### Atelier Super Techno

La technologie, c'est comme la magie, c'est fabuleux, mais on n'y comprend rien! Venez participer à notre atelier Super Techno pour découvrir les différentes façons d'utiliser ces curieux petits gadgets magiques!

### Conférence RASSMQ : adversité durant l'enfance, maladies chroniques et défis à développer de saines habitudes

Le RASSMQ, Prise II, ressource alternative en santé mentale et ÉRASME, Équipe de recherche Santé mentale et culture organisent pour l'année 2020-2021 une série de conférences sur Zoom qui visent à alimenter la réflexion critique des membres des ressources alternatives, des intervenants et du grand public sur différents sujets en lien avec une diversité d'expériences, de perspectives et d'approches reliées à la santé mentale.

## NOËL N'EST PAS UN FILM D'HOLLYWOOD

L'Avant-garde est là pour vous et redouble d'efforts pour la période des Fêtes!

Tout commence avec un appel! Ensuite? Que du positif! 450-444-9661

**LES HEBDOS!**

### Nos activités à distance

Dû à la Covid-19, les **activités dans nos locaux sont limitées à 10 personnes**. L'Avant-garde vous propose donc une formule hybride et virtuelle.

**Contactez Maria au 450-444-9661** ou par courriel pour lui mentionner votre intérêt envers l'activité et vous recevrez un lien ZOOM!

[intervenant@agsmlaprairie.org](mailto:intervenant@agsmlaprairie.org)

### Après-midi Jeux & compagnie

C'est difficile de jouer ensemble lorsque la COVID-19 instaure sa loi! Nos intervenants ont trouvé une solution!

Pas de panique, à L'Avant-garde on est plus malin que ça! Venez jouer en toute sécurité, vous ne serez pas déçu!

### Gestion du Quotidien

Fidèle à ses membres et toujours au rendez-vous, la gestion du quotidien est un moment de pur partage, lors duquel on se retrouve.

Que ce soit pour parler, pour écouter, pour rire, pour pleurer, pour apprendre ou pour enseigner, la gestion du quotidien vous accueille comme vous êtes!