CENTRE D'IMPLICATION LIBRE DE LAVAL JUIN 2019

CONSIGNES À RESPECTER

- Les inscriptions de la programmation peuvent se faire dès la première journée du mois concerné **à partir de 13 h et pour le reste du mois dès 11 h**. Il est important de s'inscrire à l'avance pour toutes les activités auxquelles vous pouvez participer, sinon veuillez mettre votre nom sur la liste d'attente. **Aucune inscription ne sera acceptée par téléphone.**
- **Lors de votre inscription à une activité, vous devez avoir votre carte de membre 2019-2020 et votre argent**. Un membre peut faire l'inscription de deux autres membres maximum qui ne sont pas présents au CILL, et pour deux activités seulement. Il faut avoir la carte de ceux-ci et leur argent.
- **Vous devez annuler dans un délai de deux jours ouvrables avant l'activité pour être remboursés.**
- **En cas d'annulation d'une activité, vous serez avisés rapidement.**
- **Pour les activités à Laval, les frais de transport ne sont pas inclus.**

YOGA (GRATUIT)
Le yoga est un bon moyen de se recentrer sur son corps et se connecter avec soi-même.
Date : Lundi 3, 10 et 17 juin au CILL
Heure : 10 h à 11 h 30
Groupe fermé (donnez votre nom pour être sur la liste d'attente)

MARDI ENJEUX (GRATUIT)
Rendez-vous avec Doris pour vous amuser. Vous avez la possibilité de vous inscrire à différentes activités.
- *SKIPBO* Mardi 4 juin au CILL
- *DÉS* Mardi 11 juin au CILL

Heure : 13 h 15 à 15 h 15
Inscriptions obligatoires et limitées

EMILIA (GRATUIT)
C'est un programme avec une pédagogie active au service du rétablissement et du développement du pouvoir d'agir en santé mentale. Ce programme vise à permettre aux gens qui y participent de faire une réflexion sur eux. Pour cette session le groupe est complet.
Date : Mercredi 5, 12, 19 et 26 juin au CILL
Heure : 13 h 15 à 15 h 30
Groupe fermé (le groupe est complet)

DOCUMENTAIRE (GRATUIT)
À la découverte de l'océan indien, il y aura une projection de ce lieu magnifique suivi d'une discussion.
Date : Jeudi 6 juin au CILL
Heure : 13 h 30 à 15 h
Inscriptions obligatoires et limitées

LA BOUGEOTTE (GRATUIT)
Venez vous mettre en forme et bouger avec la bougeotte qui se distingue par ses exercices dynamiques.
Date : Jeudi 6, 13, 20 et 27 juin au CILL
Heure : 13 h 45 à 15 h 15
Inscriptions obligatoires et limitées

ATELIER ÉCRITURE (GRATUIT)
C'est un atelier où vous aurez du plaisir à écrire. Création, estime de soi et socialisation à travers l'écriture seront au rendez-vous.
Date : Vendredi 7 et 14 juin au CILL
Heure : 13 h 15 à 15 h 15
Groupe fermé (donnez votre nom pour être sur la liste d'attente)

ATELIER DE FAUX VITRAIL (3$)
Le faux vitrail est une technique de peinture sur verre. Vous aurez le droit d'en faire un. Il est important d'être présent au premier atelier pour faire votre cerne relief, les autres sont pour mettre la peinture.
Date : Vendredi 7, 14 et 28 juin au CILL
Heure : 13 h 15 à 15 h 15
Inscriptions obligatoires et limitées

MANDALA (GRATUIT)
Venez colorier avec nous des mandalas entre amis.
Date : Lundi 10 juin au CILL
Heure : 13 h à 15 h
Inscriptions à l'avance

PASSION-NATURE (GRATUIT)
Présentation de documentaire sur différents sujets reliés aux merveilles de « Dame Nature ». Ensuite, vous êtes invités à faire un brin de causerie.
Date : Mercredi 12 juin et Lundi 17 juin au CILL
Heure : 13 h 30 à 15 h
Inscriptions obligatoires et limitées

FÊTE DU MOIS (GRATUIT)
À tous les fêtés de ce mois-ci, vous aurez droit à un repas gratuit et à un gâteau. **Appelez le jour même (avant 10 h 45) pour réserver votre repas.**
Date : Mercredi 12 juin au CILL
Heure : 12 h
Inscriptions obligatoires le jour même

MINI-PUTT ET CRÈMERIE (4$)
Venez jouer avec nous au golf miniature de Fabreville. Par la suite, nous irons déguster une crème molle.
Date : Jeudi 13 juin
Adresse : 3315 boul. Sainte-Rose, Laval
Heure : Départ du CILL à 12 h 30
Départ de la crèmerie approximativement à 15 h.
Inscriptions obligatoires et limitées

MASSAGE SUR CHAISE (3$)
Venez profiter d'un massage sur chaise de 15 minutes. Il est recommandé de mettre un t-shirt pour recevoir ce massage. Prévoyez 15 minutes avant votre rendez-vous pour remplir votre fiche santé.
Date : Vendredi 14 juin au CILL
Heure : Entre 11 h et 14 h 30 sur rendez-vous
Inscriptions obligatoires et limitées

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (GRATUIT)
L'assemblée générale annuelle est un événement important, c'est le moment d'élire les membres qui siègeront au conseil administratif et de faire un bilan de l'année 2018/2019 du CILL. Vous recevrez par la poste votre invitation avec toutes les informations sur le déroulement de l'assemblée. La carte de membre 2019/2020 et votre inscription sont obligatoires afin d'assister à l'assemblée. Aucune carte de membre ne sera faite sur place.
Date : Mardi 18 juin
L'inscription est obligatoire afin d'assister à l'assemblée

IMPRO (GRATUIT)
Vous êtes comédien et doué pour la mise en scène. Venez participer à notre jeu d'improvisation. Le plaisir, le rire et la bonne humeur sont au rendez-vous. Vous pourrez soit vous y inscrire pour y participer ou tout simplement venir comme spectateur.
Date : Jeudi 20 juin au CILL
Heure : 13 h à 15 h
Inscriptions obligatoires et limitées

DÎNER DE LA SAINT-JEAN-BAPTISTE (3$)
Nous soulignerons la Saint-Jean-Baptiste autour d'un bon dîner. Il est important de vous y inscrire le plus tôt possible en juin si vous voulez avoir votre place.
Date : Vendredi 21 juin au CILL
Heure : 12 h
Inscriptions obligatoires et limitées

ON CONNAIT LA CHANSON (GRATUIT)
Pour la Saint-Jean, venez tester vos connaissances musicales de nos classiques québécois avec ce jeu amusant ! Saurez-vous trouver les bonnes paroles ?
Date : Mardi 25 juin au CILL
Heure : 13 h 15 à 15 h
Inscriptions obligatoires et limitées

ATELIER CULINAIRE (GRATUIT)
Vous apprendrez l'assemblage de micro salade, de germination et de vinaigrette.
Date : Jeudi 27 juin au CILL
Heure : 13 h 30
Inscriptions obligatoires et limitées

SOUPER DANSANT (3$)
Venez souligner la fête de la Saint-Jean avec nous lors d'un souper dansant !
Date : Vendredi 28 juin au CILL
Heure : 16 h à 20 h
Inscriptions obligatoires et limitées

À venir

Juillet et août :
Activités estivales