

**ACTIVITÉS ORGANISÉES PAR LES BÉNÉVOLES DU SERVICE PERCE-NEIGE
DE L'ASSOCIATION DU CANCER DE L'EST DU QUÉBEC DANS LES DIFFÉRENTES LOCALITÉS DU TERRITOIRE**

PROGRAMMATION 2010
(mise à jour le 27-05-10)

Date Heure	Activité	Lieu	Information
19 janv. 18 h 30	Rencontre « Groupe d'entraide » , animée par Line Beaulieu et Marlène Truchon, bénévoles Perce-Neige	Matane Salle Carole-Jacob du CLSC	562-6444 (CAB)
20 janv. 13 h 30	Atelier de bricolage , par Ginette Gouin	Pabos Salle des Chevaliers de Colomb	689-6023 (CAB)
27 janv. 18 h 30	Café-rencontre sur « Les services offerts aux personnes touchées par le cancer » , par les bénévoles Perce-Neige	Sept-Îles Centre Gustave-Gauvreau	961-0024 962-9761 (2813)
17 février 18 h 30	« Un pharmacien vous répond » , par Pierre Archambeault, pharmacien retraité du CH de Sept-Îles	Sept-Îles Centre Gustave-Gauvreau	961-0024 962-9761 (2813)
23 février 18 h 30	Rencontre « Groupe d'entraide » , animée par Line Beaulieu et Marlène Truchon, bénévoles Perce-Neige	Matane Salle Carole-Jacob du CLSC	562-6444 (CAB)
10 mars 13 h 30	Conférence sur la fatigue, l'angoisse et l'insomnie , par deux retraités, Diane Lebouthilier, TS, et Jacques Saint-Hilaire, psychiatre	Pabos Salle des Chevaliers de Colomb	689-6023 (CAB)
23 mars 18 h 30	Session de Tai Chi , par Yvon Saint-Hilaire	Sept-Îles Centre Gustave-Gauvreau	961-0024 962-9761 (2813)
23 mars 18 h 30	Rencontre « Groupe d'entraide » , animée par Line Beaulieu et Marlène Truchon, bénévoles Perce-Neige	Matane Salle Carole-Jacob du CLSC	562-6444 (CAB)
14 avril 13 h 30	Conférence sur la fatigue, l'angoisse, l'insomnie, l'estime de soi (suite) par deux retraités, Diane Lebouthilier, TS, et Jacques Saint-Hilaire, psychiatre	Pabos Salle des Chevaliers de Colomb	689-6023 (CAB)
22 avril 18 h 30	Massage des pieds et techniques de relaxation , par Lise Carrier, massothérapeute	Sept-Îles Centre Gustave-Gauvreau	961-0024 962-9761 (2813)

Date Heure	Activité	Lieu	Information
27 avril 18 h 30	Rencontre « Groupe d'entraide » , animée par Line Beaulieu et Marlène Truchon, bénévoles Perce-Neige	Matane Salle Carole-Jacob du CLSC	562-6444 (CAB)
4 mai 13 h 30	Prendre soin de soi , par Clothilde Arsenault, bénévole	Amqui Centre récréatif	1 800 463-0806
12 mai 13 h 30	Atelier de peinture , par Annette Bujold	Pabos Salle des Chevaliers de Colomb	689-6023 (CAB)
9 juin	Contact avec la nature , avec les bénévoles	Anse-à-Beaufils La vieille usine	689-6023 (CAB)
22 juin 18 h 30	Rencontre « Groupe d'entraide » , animée par Line Beaulieu et Marlène Truchon, bénévoles Perce-Neige	Matane Salle Carole-Jacob du CLSC	562-6444 (CAB)