



# Centre psychosocial

RICHELIEU-YAMASKA

## JANVIER 2026

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

### HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE DE JOUR

**Lundi – Mardi – Mercredi**

9H00 à 16h00

Ouvert sur l'heure du dîner

**Jeudi** 13h00 à 16h00

**Vendredi** 9H00 à 12h00

### ADRESSE

2090 rue Dessaulles


Saint-Hyacinthe

### POUR DEVENIR MEMBRE

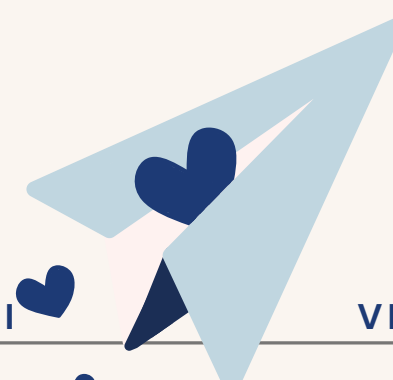
450-773-1022 poste 208

### INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

450 773-1022 poste 225

<div>19 mars 2026</div> <div>CABANE À SUCRE</div> <div>Prévoyez votre budget!</div> <div>Informations supplémentaires à venir</div>		<div></div> <div>QUILLES</div> <div>DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE LUNDI PRÉCÉDENT</div>	<div>1</div> <div>CENTRE DE JOUR FERMÉ</div>	<div>2</div> <div>CENTRE DE JOUR FERMÉ</div>
<div>5</div> <div>MÉDITATION</div> <div>10H30 à 11H00</div> <div>EXERCICES SUR CHAISES</div> <div>13H30 à 14H00</div>	<div>6</div> <div>JEUX DE SOCIÉTÉ AVEC LES INTERVENANTS</div> <div>13H30 à 15H30</div>	<div>7</div> <div>QUILLES</div> <div>LIEU: QUILLES SATURNES</div> <div>DÉPART DU CPRY:</div> <div>9H20 à 11H00</div> <div>COÛT: 5,00\$</div>	<div>8</div> <div>DISCU-THÉ</div> <div>RÉTROSPECTIVE DE L'ANNÉE 2025 &amp; TABLEAU DE VISUALISATION 2026</div> <div>13H30 à 15H30</div> <div>DATE LIMITE D'INSCRIPTION SORTIE PARC LES SALINES</div>	<div>9</div> <div>DÉJEUNER DU VENDREDI</div> <div>MENU: BAGEL ET FROMAGE CHEDDAR</div> <div>DE 9H00 à 11H00</div> <div>COÛT: 1,00\$</div>
<div>12</div> <div>MÉDITATION</div> <div>10H30 à 11H00</div> <div>DANSE EN LIGNE</div> <div>13H30 à 14H00</div>	<div>13</div> <div>CUISINONS DES BOULES D'ÉNERGIE</div> <div>13H30 à 15H00</div> <div>COÛT: 2,00\$</div>	<div>14</div> <div>FABRICATION DE BRACELETS</div> <div>13H30 à 15H00</div>	<div>15</div> <div>CAPSULE INFO-SANTÉ</div> <div>L'ALZHEIMER</div> <div>13H30 à 14H30</div>	<div>16</div> <div>CENTRE DE JOUR FERMÉ</div> <div>SORTIE AU PARC LES SALINES</div> <div>SPORTS D'HIVER - LOCATION DU MATÉRIEL INCLUE</div> <div>DÉPART: 9H45 à 13H30</div> <div>COÛT: 5,00\$</div> <div>APPORTER VOTRE DÎNER</div>
<div>19</div> <div>MÉDITATION</div> <div>10H30 à 11H00</div> <div>EXERCICES SUR CHAISES</div> <div>13H30 à 14H00</div>	<div>20</div> <div>PRÉSENTATION DU CALENDRIER DE FÉVRIER ET INSCRIPTIONS</div> <div>15H00 à 15H30</div>	<div>21</div> <div>QUILLES</div> <div>LIEU: QUILLES SATURNES</div> <div>DÉPART DU CPRY:</div> <div>9H20 à 11H00</div> <div>COÛT: 5,00\$</div> <div>DATE LIMITE D'INSCRIPTION PLAT-COTAGE</div>	<div>22</div> <div>DOCU-DISCUSSION</div> <div>L'OUBLI EN HÉRITAGE: VIVRE AVEC L'ALZHEIMER PRÉCOCE</div> <div>13H30 à 15H00</div>	<div>23</div> <div>DÉJEUNER DU VENDREDI</div> <div>MENU: BAGEL ET FROMAGE CHEDDAR</div> <div>DE 9H00 à 11H00</div> <div>COÛT: 1,00\$</div>
<div>26</div> <div>MÉDITATION</div> <div>10H30 à 11H00</div> <div>DANSE EN LIGNE</div> <div>13H30 à 14H00</div>	<div>27</div> <div>PLAT-COTAGE</div> <div>MENU: VOL-AU-VENT</div> <div>SUJET: GARDER SON CERVEAU ACTIF</div> <div>10H30 à 13H00</div> <div>COÛT: 5,00\$</div> <div>ANNIVERSAIRES DU MOIS</div> <div>15H00 à 15H30</div>	<div>28</div> <div>QUILLES</div> <div>LIEU: QUILLES SATURNES</div> <div>DÉPART DU CPRY:</div> <div>9H20 à 11H00</div> <div>COÛT: 5,00\$</div>	<div>29</div> <div>ON DISCUTE ENTRE HOMMES</div> <div>13H30 à 15H00</div> <div>KARAOKÉ</div> <div>15H00 à 15H45</div>	<div>30</div> <div>DÉJEUNER DU VENDREDI</div> <div>MENU: BAGEL ET FROMAGE CHEDDAR</div> <div>DE 9H00 à 11H00</div> <div>COÛT: 1,00\$</div>

Pour plus de détails sur les activités, consultez le calendrier en ligne au [www.cpyr.org](http://www.cpyr.org)



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

### HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE DE JOUR

Lundi – Mardi – Mercredi  
9H00 à 16h00

Ouvert sur l'heure du dîner

Jeudi 13h00 à 16h00

Vendredi 9H00 à 12h00

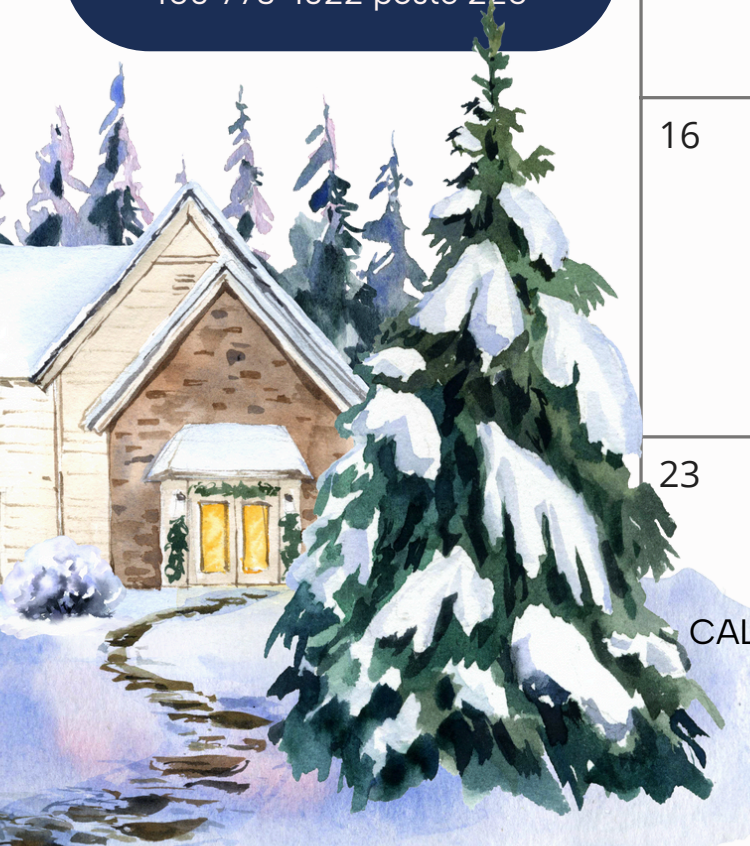
### ADRESSE

2090 rue Dessaulles  
Saint-Hyacinthe

POUR DEVENIR MEMBRE  
450-773-1022 poste 222

### INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

450 773-1022 poste 225



19 mars 2026

### CABANE À SUCRE

Prévoyez votre budget!



Informations supplémentaires à venir

1er au 7 février

36e Semaine de la prévention du suicide

Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires

2	<b>MÉDITATION</b> 10H30 à 11H00  EXERCICES SUR CHAISES 13H30 à 14H00	3	<b>CRÉATION ARTISTIQUE</b> AFFICHE D’AFFIRMATION PERSONNALISÉE 13H30 à 15H00	4	<b>QUILLES</b> LIEU: QUILLES SATURNE DÉPART DU CPROY 9H20 à 11H00 COÛT: 5,00\$	5	<b>DISCU-THÉ:</b> APPRENDRE À S’AIMER, UN PAS À LA FOIS 13H30 à 15H30	6	<b>DÉJEUNER DU VENDREDI</b> MENU: PETITS PAINS AU CHOCOLAT DE 9H00 à 11H00 COÛT: 1,25\$
9	<b>MÉDITATION</b> 10H30 à 11H00  DANSE EN LIGNE 13H30 à 14H00	10	<b>KARAOKÉ</b> 13H30 à 14H30	11	<b>QUILLES</b> LIEU: QUILLES SATURNE DÉPART DU CPROY 9H20 à 11H00 COÛT: 5,00\$	12	<b>ATELIER BIEN-ÊTRE:</b> À COEUR OUVERT: UNE LETTRE POUR SOI 13H30 à 14H30	13	<b>CENTRE DE JOUR FERMÉ</b>  <b>SORTIE</b> BOISÉ DE LA CRÊTE & CHOCOLAT CHAUD AU CPROY DÉPART DU CPROY: 9H45 RETOUR: 11H30
16	<b>MÉDITATION</b> 10H30 à 11H00  DANSE EN LIGNE 13H30 à 14H00	17	<b>ON DISCUTE ENTRE HOMMES</b> 13H30 à 15H00	18	<b>PRÉSENTATION DES SERVICES DE L’ORGANISME</b> CONTACT RICHELIEU- YAMASKA & ATELIER LA PRÉVENTION DU SUICIDE 13H30 à 15H00	19	<b>CAPSULE INFO-SANTÉ</b> LA DÉPENDANCE AFFECTIVE 13H30 à 14H30	20	<b>DÉJEUNER DU VENDREDI</b> MENU: PETITS PAINS AU CHOCOLAT DE 9H00 à 11H00 COÛT: 1,25\$
23	<b>MÉDITATION</b> 10H30 à 11H00  PRÉSENTATION CALENDRIER DE MARS & INSCRIPTIONS 15H00 à 15H30	24	<b>PLAT-COTAGE</b> MENU: SPAGHETTI BOULETTES DE VIANDE SUJET: LES CLASSIQUES QUI FONT DU BIEN COÛT: 5,00\$ 10H30 à 13H00 ANNIVERSAIRES DU MOIS 15H00 à 15H30	25	<b>QUILLES</b> LIEU: QUILLES SATURNE DÉPART DU CPROY 9H20 à 11H00 COÛT: 5,00\$	26	<b>DOCU-DISCUSSION SUR LES RELATIONS TOXIQUES:</b> POURQUOI TU RESTES? 13H30 à 15H00	27	<b>DÉJEUNER DU VENDREDI</b> MENU: PETITS PAINS AU CHOCOLAT DE 9H00 à 11H00 COÛT: 1,25\$