

PROGRAMMATION ACTIVITÉS AUTOMNE 2026



La Maison des Petits Tournesols

**Mardi:
comprendre,
accompagner,
cheminer**

Mieux comprendre le deuil et développer des repères pour soi, son enfant ou son entourage.

- Mardi 13 octobre de 13h à 16h
Atelier À vue Deuil - Le deuil chez les 0-5 ans. En virtuel
- Mardi 20 octobre de 18h à 20h
Atelier Naviguer la tempête - Parents d'enfants 0-5 ans.
- Mardi 27 octobre de 13h à 15h
Atelier pour personnes intervenantes - Projet Ados. En virtuel
- Mardi 10 novembre de 18h à 20h
Atelier pour parents - Projet Ados. En virtuel
- Mardi 17 novembre de 18h à 20h
Atelier Naviguer la tempête - Parents d'enfants de 0-5 ans.
- Mardi 24 novembre de 13h à 16h
Atelier À vue Deuil - Le deuil suite à une mort violente. En virtuel

**Mercredi:
Espace Bien-Être**

Prendre soin de soi et de sa famille autrement, à travers des expériences créatives, corporelles ou relationnelles.

- Mercredi 7 octobre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: art-thérapie
- Mercredi 21 octobre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: art-thérapie
- Mercredi 28 octobre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: mouvement en musique
- Mercredi 4 novembre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: art-thérapie
- Mercredi 11 novembre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: zoothérapie
- Mercredi 18 novembre de 18h à 19h
Espace Bien-être: percussions
- Mercredi 2 décembre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: zoothérapie
- Mercredi 16 décembre de 18h à 19h
Espace Bien-Être: zoothérapie

**Mardi et jeudi:
Partager et
vivre le deuil
ensemble**

Créer des espaces pour déposer ce qui est vécu, être entendu et traverser certains moments ensemble.

- Mardi 6 octobre de 18h à 19h
Cercle Humain Ados. En virtuel
- Jeudi 15 octobre de 18h à 20h
Cercle de partage adultes et enfants.
- Jeudi 12 novembre de 18h à 20h
Soirée rituelle inspirée de la Fête des Morts.
- Jeudi 19 novembre de 14h à 16h
Cercle de partage grands-parents. En virtuel
- Mardi 8 décembre de 18h à 19h
Cercle Humain Ados. En virtuel
- Jeudi 10 décembre de 18h à 20h
Soirée rituelle Noël sans toi.