

Semaine	Bureau de Québec 1535, chemin Sainte-Foy				
	Mercredi (14h à 17h) Groupe continu Femmes	Mercredi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Jeudi (14h à 17h) Groupe continu Mixte	Jeudi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Vendredi (9h à 12h) Groupe continu Mixte
4 au 8 avril 2022	Temps d'arrêt (atelier 1)	Anti-stress (atelier 1)	Vol-Te-Face (atelier 1)	Mirage (atelier 1)	Moi & l'autre (atelier 1)
11 au 15 avril 2022	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)
18 au 22 avril 2022	Temps d'arrêt (atelier 3)	Anti-stress (atelier 3)	Vol-Te-Face (atelier 3)	Mirage (atelier 3)	Moi & l'autre (atelier 3)
25 au 29 avril 2022	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
2 au 6 mai 2022	Temps d'arrêt (atelier 5)	Anti-stress (atelier 5)	Vol-Te-Face (atelier 5)	Mirage (atelier 5)	Moi & l'autre (atelier 5)
9 au 13 mai 2022	Temps d'arrêt (atelier 6)	Anti-stress (atelier 6)	Vol-Te-Face (atelier 6)	Mirage (atelier 6)	Moi & l'autre (atelier 6)
16 au 20 mai 2022	Temps d'arrêt (atelier 7)	Anti-stress (atelier 7)	Vol-Te-Face (atelier 7)	Mirage (atelier 7)	Moi & l'autre (atelier 7)
23 au 27 mai 2022	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
30 mai au 3 juin 2022	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
6 au 10 juin 2022	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10 et 11)
13 au 17 juin 2022	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 12 et 13)
20 au 24 juin 2022	Temps d'arrêt (atelier 12)	Anti-stress (atelier 12)	Vol-Te-Face (atelier 12)	Mirage (atelier 12)	Férieré
27 juin au 1 juillet 2022	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Férieré

Semaine	Bureau de Québec 1535 chemin Ste-Foy				
	Mercredi (14h à 17h) Groupe continu Femmes	Mercredi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Jeudi (14h à 17h) Groupe continu Mixte	Jeudi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Vendredi (9h à 12h) Groupe continu Mixte
4 au 8 juillet 2022	Temps d'arrêt (atelier 1)	Anti-stress (atelier 1)	Vol-Te-Face (atelier 1)	Mirage (atelier 1)	Moi & l'autre (atelier 1)
11 au 15 juillet 2022	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)
18 au 22 juillet 2022	Temps d'arrêt (atelier 3 et 4)	Anti-stress (atelier 3 et 4)	Vol-Te-Face (atelier 3 et 4)	Mirage (atelier 3 et 4)	Moi & l'autre (atelier 3 et 4)
25 au 29 juillet 2022					
01 au 5 août 2022					
8 au 12 août 2022	Temps d'arrêt (atelier 5 et 6)	Anti-stress (atelier 5 et 6)	Vol-Te-Face (atelier 5 et 6)	Mirage (atelier 5 et 6)	Moi & l'autre (atelier 5 et 6)
15 au 19 août 2022	Temps d'arrêt (atelier 7)	Anti-stress (atelier 7)	Vol-Te-Face (atelier 7)	Mirage (atelier 7)	Moi & l'autre (atelier 7)
22 au 26 août 2022	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
29 août au 2 sept. 22	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
5 au 9 sept. 2022	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10)
12 au 16 sept. 2022	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 11)
19 au 23 sept. 2022	Temps d'arrêt (atelier 12)	Anti-stress (atelier 12)	Vol-Te-Face (atelier 12)	Mirage (atelier 12)	Moi & l'autre (atelier 12)
26 au 30 sept. 2022	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Moi & l'autre (atelier 13)
3 au 7 oct. 2022	Temps d'arrêt (atelier 1)	Anti-stress (atelier 1)	Vol-Te-Face (atelier 1)	Mirage (atelier 1)	Moi & l'autre (atelier 1)
10 au 14 oct. 2022	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)

Semaine	Bureau de Québec 1535 chemin Ste-Foy				
	Mercredi (14h à 17h) Groupe continu Femmes	Mercredi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Jeudi (14h à 17h) Groupe continu Mixte	Jeudi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Vendredi (9h à 12h) Groupe continu Mixte
17 au 21 oct. 2022	Temps d'arrêt (atelier 3)	Anti-stress (atelier 3)	Vol-Te-Face (atelier 3)	Mirage (atelier 3)	Moi & l'autre (atelier 3)
24 au 28 oct. 2022	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
31 oct. au 4 nov. 2022	Temps d'arrêt (atelier 5)	Anti-stress (atelier 5)	Vol-Te-Face (atelier 5)	Mirage (atelier 5)	Moi & l'autre (atelier 5)
7 au 11 nov. 2022	Temps d'arrêt (atelier 6)	Anti-stress (atelier 6)	Vol-Te-Face (atelier 6)	Mirage (atelier 6)	Moi & l'autre (atelier 6)
14 au 18 nov. 2022	Temps d'arrêt (atelier 7)	Anti-stress (atelier 7)	Vol-Te-Face (atelier 7)	Mirage (atelier 7)	Moi & l'autre (atelier 7)
21 au 25 nov. 2022	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
28 nov. au 2 déc. 22	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
5 au 9 déc. 2022	Temps d'arrêt (atelier 10 et 11)	Anti-stress (atelier 10 et 11)	Vol-Te-Face (atelier 10 et 11)	Mirage (atelier 10 et 11)	Moi & l'autre (atelier 10 et 11)
12 au 16 déc. 2022	Temps d'arrêt (atelier 12 et 13)	Anti-stress (atelier 12 et 13)	Vol-Te-Face (atelier 12 et 13)	Mirage (atelier 12 et 13)	Moi & l'autre (atelier 12 et 13)
19 au 23 déc. 2022					
26 au 30 déc. 2022					
2 au 6 janv. 2023	Temps d'arrêt (atelier 1)	Anti-stress (atelier 1)	Vol-Te-Face (atelier 1)	Mirage (atelier 1)	Moi & l'autre (atelier 1)
9 au 13 janv. 2023	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)
16 au 20 janv. 2023	Temps d'arrêt (atelier 3)	Anti-stress (atelier 3)	Vol-Te-Face (atelier 3)	Mirage (atelier 3)	Moi & l'autre (atelier 3)

Semaine	Bureau de Québec 1535 chemin Ste-Foy				
	Mercredi (14h à 17h) Groupe continu Femmes	Mercredi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Jeudi (14h à 17h) Groupe continu Mixte	Jeudi (18h à 21h) Groupe continu Mixte	Vendredi (9h à 12h) Groupe continu Mixte
23 au 27 janv. 2023	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
30 janv. au 3 fév. 23	Temps d'arrêt (atelier 5)	Anti-stress (atelier 5)	Vol-Te-Face (atelier 5)	Mirage (atelier 5)	Moi & l'autre (atelier 5)
6 au 10 fév. 2023	Temps d'arrêt (atelier 6)	Anti-stress (atelier 6)	Vol-Te-Face (atelier 6)	Mirage (atelier 6)	Moi & l'autre (atelier 6)
13 au 17 fév. 2023	Temps d'arrêt (atelier 7)	Anti-stress (atelier 7)	Vol-Te-Face (atelier 7)	Mirage (atelier 7)	Moi & l'autre (atelier 7)
20 au 24 fév. 2023	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
27 fév. au 3 mars	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
6 au 10 mars 2023	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10)
13 au 17 mars 2023	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 11)
20 au 24 mars 2023	Temps d'arrêt (atelier 12)	Anti-stress (atelier 12)	Vol-Te-Face (atelier 12)	Mirage (atelier 12)	Moi & l'autre (atelier 12)
27 au 31 mars 2023	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Moi & l'autre (atelier 13)

* Pour tous les programmes, les participants doivent déboursier 5\$/heure.

* Les programmes de 5 semaines n'auront plus de bilans, mais plutôt une attestation de présence.

* Pour tous les programmes de 13 semaines, les participants devront déboursier 5\$ pour recevoir un bilan.

Description des programmes :

L'Azimut Mirage

L'objectif est de conscientiser le participant sur les conduites manipulatoires et les comportements criminels du fraudeur.

L'Azimut Vol-Te-Face

L'objectif est d'amener le participant à trouver des moyens concrets pour changer le comportement de vol.

L'Azimut Moi & l'autre

L'objectif est de réfléchir sur la relation envers soi-même ainsi que l'autre.

L'Azimut Temps d'arrêt

L'objectif est d'aider le participant à développer une meilleure gestion de ses comportements agressifs, impulsifs ou violents.

L'Azimut Anti-stress

L'objectif est d'amener le participant à réfléchir sur l'équilibre de sa santé mentale en s'outillant face à la gestion du stress.

Dernière mise à jour : 28-02-2022