

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
3 au 7 avril 2023	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 avril 2023	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)
17 au 21 avril 2023	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 avril 2023	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
1 au 5 mai 2023	Temps d'arrêt (atelier 5)	Anti-stress (atelier 5)	Vol-Te-Face (atelier 5)	Mirage (atelier 5)	Moi & l'autre (atelier 5)
8 au 12 mai 2023	Temps d'arrêt (atelier 6)	Anti-stress (atelier 6)	Vol-Te-Face (atelier 6)	Mirage (atelier 6)	Moi & l'autre (atelier 6)
15 au 19 mai 2023	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 mai 2023	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
29 mai au 2 juin 2023	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 juin 2023	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 juin 2023	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 juin 2023	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 juin 2023	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Moi & l'autre (atelier 13)

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
3 au 7 juillet 2023	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 juillet 2023	Temps d'arrêt (atelier 2)	Anti-stress (atelier 2)	Vol-Te-Face (atelier 2)	Mirage (atelier 2)	Moi & l'autre (atelier 2)
17 au 21 juillet 2023	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)
24 au 28 juillet 2023					
31 juillet au 4 août 2023					
7 au 11 août 2023	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)
14 au 18 août 2023	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 août 2023	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
28 août au 1 sept. 2023	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
4 au 8 sept. 2023	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10)
11 au 15 sept. 2023	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 11)
18 au 22 sept. 2023	Temps d'arrêt (atelier 12)	Anti-stress (atelier 12)	Vol-Te-Face (atelier 12)	Mirage (atelier 12)	Moi & l'autre (atelier 12)
25 au 29 sept. 2023	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Moi & l'autre (atelier 13)
2 au 6 oct. 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 oct. 2023	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
16 au 20 oct. 2023	Temps d'arrêt (atelier 3)	Anti-stress (atelier 3)	Vol-Te-Face (atelier 3)	Mirage (atelier 3)	Moi & l'autre (atelier 3)
23 au 27 oct. 2023	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
30 oct. au 3 nov. 2023	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 nov. 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 nov. 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 nov. 2023	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
27 nov. au 1 déc. 2023	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
4 au 8 déc. 2023	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10)
11 au 15 déc. 2023	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 11)
18 au 22 déc. 2023	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)
25 au 29 déc. 2023					
1 au 5 janv. 2024					
8 au 12 janv. 2024	Temps d'arrêt (atelier 1 et 2)	Anti-stress (atelier 1 et 2)	Vol-Te-Face (atelier 1 et 2)	Mirage (atelier 1 et 2)	Moi & l'autre (atelier 1 et 2)
15 au 19 janv. 2024	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
22 au 26 janv. 2024	Temps d'arrêt (atelier 4)	Anti-stress (atelier 4)	Vol-Te-Face (atelier 4)	Mirage (atelier 4)	Moi & l'autre (atelier 4)
29 janv. au 2 fév. 2024	Temps d'arrêt (atelier 5)	Anti-stress (atelier 5)	Vol-Te-Face (atelier 5)	Mirage (atelier 5)	Moi & l'autre (atelier 5)
5 au 9 fév. 2024	Temps d'arrêt (atelier 6)	Anti-stress (atelier 6)	Vol-Te-Face (atelier 6)	Mirage (atelier 6)	Moi & l'autre (atelier 6)
12 au 16 fév. 2024	Temps d'arrêt (atelier 7)	Anti-stress (atelier 7)	Vol-Te-Face (atelier 7)	Mirage (atelier 7)	Moi & l'autre (atelier 7)
19 au 23 fév. 2024	Temps d'arrêt (atelier 8)	Anti-stress (atelier 8)	Vol-Te-Face (atelier 8)	Mirage (atelier 8)	Moi & l'autre (atelier 8)
26 fév. au 1 mars 2024	Temps d'arrêt (atelier 9)	Anti-stress (atelier 9)	Vol-Te-Face (atelier 9)	Mirage (atelier 9)	Moi & l'autre (atelier 9)
4 au 8 mars 2024	Temps d'arrêt (atelier 10)	Anti-stress (atelier 10)	Vol-Te-Face (atelier 10)	Mirage (atelier 10)	Moi & l'autre (atelier 10)
11 au 15 mars 2024	Temps d'arrêt (atelier 11)	Anti-stress (atelier 11)	Vol-Te-Face (atelier 11)	Mirage (atelier 11)	Moi & l'autre (atelier 11)
18 au 22 mars 2024	Temps d'arrêt (atelier 12)	Anti-stress (atelier 12)	Vol-Te-Face (atelier 12)	Mirage (atelier 12)	Moi & l'autre (atelier 12)
25 au 29 mars 2024	Temps d'arrêt (atelier 13)	Anti-stress (atelier 13)	Vol-Te-Face (atelier 13)	Mirage (atelier 13)	Moi & l'autre (atelier 13)

* Les participants doivent déboursier 15\$/séance pour les programmes L'Azimut de 13 semaines.

* Les participants devront déboursier 5\$ pour recevoir un bilan de participation.

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: 2023-01-18