

Printemps 2026

## Lundi

Il n'y aura pas d'activité les lundis ce printemps

## Mardi

### Kinésiologie

7 avr. - 16 juin

→ 9 h 15 - 10 h 15



### Sophrologie

7 avr. - 16 juin

→ 13 h 30 - 15 h



## Mercredi

### Sophrologie

8 avr. - 17 juin

→ 18 h 30 - 20 h



### Groupe Mon Parcours

Aux deux semaines

→ 10 h - 12 h



### Dans mes mots à moi

Aux deux semaines

→ 13 h 30 - 15 h

### Groupe Phénix

Aux deux semaines

→ 10 h - 12 h



8 avr. - 22 avr. - 6 mai -  
20 mai - 3 juin - 17 juin



## Jeudi

### Café-Rencontre

3e jeudi du mois

→ 13 h 30 - 16 h

Un espace de socialisation, de création  
et d'activités chaque mois !

Surveillez l'InfoPAC pour plus de détails



## Vendredi

### Yoga oncologie

10 avr. - 19 juin

→ 10 h - 11 h



### Groupe Parentalité-Cancer

Aux deux semaines

→ 10 h - 12 h



## Programme Post-traitements

### Cancer Transitions

#### 1er groupe

7 mai au 11 juin



#### 2e groupe

Hybride

Juillet à août selon  
les inscriptions

Les jeudis → 9 h - 11 h 30

### Groupe La Relance

Une fois par mois

→ 17 h - 19 h

## Un espace pour les proches

### Accompagner sans s'épuiser

6 séances de groupe

→ Selon les inscriptions



### Groupe de soutien pour les proches

Mardis aux deux semaines

→ 17 h 30 - 19 h 00



### Fasciathérapie

Tous les mardis  
(sur rendez-vous)

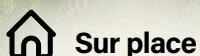
→ 9 h - 10 h 15 - 11 h 30



### Une pinte pour la cause

Dégustation de bières au  
profit de l'OQPAC

→ La Souche de Limoilou  
29 avril | 17 h 30 | 50\$



Sur place



En ligne